This is a digital copy of a book that was preserved for generations on library shelves before it was carefully scanned by Google as part of a project to make the world's books discoverable online.

It has survived long enough for the copyright to expire and the book to enter the public domain. A public domain book is one that was never subject to copyright or whose legal copyright term has expired. Whether a book is in the public domain may vary country to country. Public domain books are our gateways to the past, representing a wealth of history, culture and knowledge that's often difficult to discover.

Marks, notations and other marginalia present in the original volume will appear in this file - a reminder of this book's long journey from the publisher to a library and finally to you.

Usage guidelines

Google is proud to partner with libraries to digitize public domain materials and make them widely accessible. Public domain books belong to the public and we are merely their custodians. Nevertheless, this work is expensive, so in order to keep providing this resource, we have taken steps to prevent abuse by commercial parties, including placing technical restrictions on automated querying.

We also ask that you:

+ *Make non-commercial use of the files* We designed Google Book Search for use by individuals, and we request that you use these files for personal, non-commercial purposes.

+ *Refrain from automated querying* Do not send automated queries of any sort to Google's system: If you are conducting research on machine translation, optical character recognition or other areas where access to a large amount of text is helpful, please contact us. We encourage the use of public domain materials for these purposes and may be able to help.

+ *Maintain attribution* The Google "watermark" you see on each file is essential for informing people about this project and helping them find additional materials through Google Book Search. Please do not remove it.

+ *Keep it legal* Whatever your use, remember that you are responsible for ensuring that what you are doing is legal. Do not assume that just because we believe a book is in the public domain for users in the United States, that the work is also in the public domain for users in other countries. Whether a book is still in copyright varies from country to country, and we can't offer guidance on whether any specific use of any specific book is allowed. Please do not assume that a book's appearance in Google Book Search means it can be used in any manner anywhere in the world. Copyright infringement liability can be quite severe.

About Google Book Search

Google's mission is to organize the world's information and to make it universally accessible and useful. Google Book Search helps readers discover the world's books while helping authors and publishers reach new audiences. You can search through the full text of this book on the web at `http://books.google.com/`

Acerca de este libro

Esta es una copia digital de un libro que, durante generaciones, se ha conservado en las estanterías de una biblioteca, hasta que Google ha decidido escanearlo como parte de un proyecto que pretende que sea posible descubrir en línea libros de todo el mundo.

Ha sobrevivido tantos años como para que los derechos de autor hayan expirado y el libro pase a ser de dominio público. El que un libro sea de dominio público significa que nunca ha estado protegido por derechos de autor, o bien que el período legal de estos derechos ya ha expirado. Es posible que una misma obra sea de dominio público en unos países y, sin embargo, no lo sea en otros. Los libros de dominio público son nuestras puertas hacia el pasado, suponen un patrimonio histórico, cultural y de conocimientos que, a menudo, resulta difícil de descubrir.

Todas las anotaciones, marcas y otras señales en los márgenes que estén presentes en el volumen original aparecerán también en este archivo como testimonio del largo viaje que el libro ha recorrido desde el editor hasta la biblioteca y, finalmente, hasta usted.

Normas de uso

Google se enorgullece de poder colaborar con distintas bibliotecas para digitalizar los materiales de dominio público a fin de hacerlos accesibles a todo el mundo. Los libros de dominio público son patrimonio de todos, nosotros somos sus humildes guardianes. No obstante, se trata de un trabajo caro. Por este motivo, y para poder ofrecer este recurso, hemos tomado medidas para evitar que se produzca un abuso por parte de terceros con fines comerciales, y hemos incluido restricciones técnicas sobre las solicitudes automatizadas.

Asimismo, le pedimos que:

+ *Haga un uso exclusivamente no comercial de estos archivos* Hemos diseñado la Búsqueda de libros de Google para el uso de particulares; como tal, le pedimos que utilice estos archivos con fines personales, y no comerciales.

+ *No envíe solicitudes automatizadas* Por favor, no envíe solicitudes automatizadas de ningún tipo al sistema de Google. Si está llevando a cabo una investigación sobre traducción automática, reconocimiento óptico de caracteres u otros campos para los que resulte útil disfrutar de acceso a una gran cantidad de texto, por favor, envíenos un mensaje. Fomentamos el uso de materiales de dominio público con estos propósitos y seguro que podremos ayudarle.

+ *Conserve la atribución* La filigrana de Google que verá en todos los archivos es fundamental para informar a los usuarios sobre este proyecto y ayudarles a encontrar materiales adicionales en la Búsqueda de libros de Google. Por favor, no la elimine.

+ *Manténgase siempre dentro de la legalidad* Sea cual sea el uso que haga de estos materiales, recuerde que es responsable de asegurarse de que todo lo que hace es legal. No dé por sentado que, por el hecho de que una obra se considere de dominio público para los usuarios de los Estados Unidos, lo será también para los usuarios de otros países. La legislación sobre derechos de autor varía de un país a otro, y no podemos facilitar información sobre si está permitido un uso específico de algún libro. Por favor, no suponga que la aparición de un libro en nuestro programa significa que se puede utilizar de igual manera en todo el mundo. La responsabilidad ante la infracción de los derechos de autor puede ser muy grave.

Acerca de la Búsqueda de libros de Google

El objetivo de Google consiste en organizar información procedente de todo el mundo y hacerla accesible y útil de forma universal. El programa de Búsqueda de libros de Google ayuda a los lectores a descubrir los libros de todo el mundo a la vez que ayuda a autores y editores a llegar a nuevas audiencias. Podrá realizar búsquedas en el texto completo de este libro en la web, en la página `http://books.google.com`

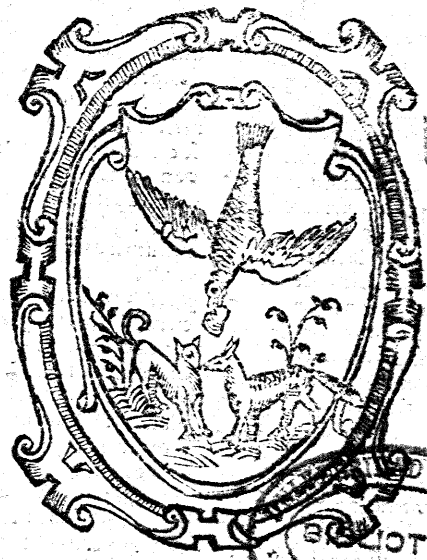
AVISOS
DE
Sanidad

Nuñez de Soria

1562

613.
2/3
N 93 f
R

T. S. D.



BIBLIOTECA

AVISO DE SANIDAD

ta de todos los generos de alimentos, y del regimiento de la sanidad, cõprouado por los mas insignes y graues doctores. Hecho por el Doctor Fracisco Nuñez de Coria, natural de Casaruuios.

Dirigido al muy Illustre S. Doctor Martin de Velasco, del Consejo y camara de su Magestad.

En Madrid, por Pierres Cusin, Año. 1572.

Esta tassado en tres reales y medio.

foja plana lin. por diga Fo.2.pa.1.li.9. en digaxon fo.1.li.5.blanco dig.blando fo.7.pla,1.li.1. Ahabas dig. Aliabbas,ho.8.pa,2.li.fin.a la di,y la,ho.15.pla,1.li.fin, accidentalmente para,di.accidentalmẽte son para. ho. 26.pla.2.li.8. Auenzor dig. Auenzoar, ho.28.pla.1.li.3 nutrimentos di.instrumetos ho.38.pla.1.lin.1.olorosos, di.olorosas ho.38.pla.1.lin. si.mas di.mala ho.42.pla.1 li.9.1.de las di. 6.de las ho. 48.pla,1.li.22.bueyes dig. viejos,ho.50,pla,2.li,17.poluora di.poluos ho,51.pla.1. li.10.camello di,cauallo ho. 56.pla.1.li.7.cozer di.preparar.ho.57,pla.2.li.17.los palominos di.las palomas ho. 62.pla,1.li.1. Auiuena dig. Auicena ho,70.pla.1.li.12. carduallium di,carduellium ho.74.plan.2,li,1.humidas di,medias ho,81,pla.1.lin,1 lugares dig.higados ho,83, pla.1 li.2.cap,46.di,ca.146 li,9.gustoso di,aguoso ho.84 pla.1.li.fin. cosas di. carnes ho,91.pla,2.li,9. fueron di. fueren li,10.allegaran dig. allegaren ho.92 pla.2.li,17 asdos di.assados ho.93,pla,1 li.19.vien,di,vientre ho.95 pla.1.li,1 enel cap.di,enel,3 cap.ho.96.pla,1.li,6.de muger,de borrica di.de muger de cabra, de borrica. ho.9 pla.2,li,21.mas di.mal li 102.plan,2,li.8.fumosina di,fumosidad ho,104.pla. li.8.dende di,donde ho.10 pla,1.li,10,diutericas di,diureticas ho,112 pla.2.lin,2 se queden y andan di,se sacden y andan ho.113,pla.2 li.17.capitulo.17, di:cap.7 ho.120.pl.1.li.5,humidades di,humidas pla.2, li.7.antiguallas di,anguillas ho,122 pla,1.li.pe.descierden di.desciendan,ho.125, pla.1.lin.4 texta di,testa pla.2,li.1.triuie di,tiuię ho,126,pla.1,li, 12,y en ella di.y ella ho.127 pla,1,li.5, deuenos di. deuemos ho.128 pla.2.li.2. loar di,olor,li:7,31,di,30, ho,130 pla,1,li,3,fueran di,fueren ho,131 pla,2,li,21,a yeruas di,a las yeruas ho, 136,pla,1 li,pe,por el tiẽpo y frialdad humidad di,por la frialdad y humidad ho,140,li,2 pla, 20, frios di, frias ho: 145, pla.2: li, 10, mueuan di, mueuen ho,150, plan,2,li,1 abrẽ di,abre li,4:majado di, majodo ho,151, pla,1,li,12, agineta di, Aegineta ho,153 pla,1,li,13,acozer di,o cozer pla,2,li,2,los di,las ho:154

pla,1.li.4,li.12.di.21.ho.156 pla.1,fin.mutas,di.multas, ho 156 pla.2.li. 19.cõtirpatiua di constipatiua.ho.160 pla.1.li.1.e Almãsor,di a Almansor,ho.170.pla.2..li.21 crada,di cruda.ho.172.pla. 2.fin.conuienen,di cõuiene ho.173.pla.2.li.8.de comer di.se comen.ho.176.pla.1.o. se tornẽ,di.le tornẽ.pla.1.li. 9.dañoso,di,dañosa.ho. 177.pl.1.li.2,ca.61.di,c.611 li.4.humidas del.di,humidos en fin del.ho,178 pla.2, li.9.loa di.los.182.pla.1,fin, Yabbi di.Rabbi.ho.184. pla.2.li.14,basta para en di, basta en,ho.187.pla.1.li.8. inflamaciõ di,inflacion.ho. 188,pla.1.pe.en algũa quãdi,en quan- ho.191. pla. 1. pen. manjares di,maneras, ho.198.pla.2.li.1,tratado di tractado.z.ho.199.pla,2,li.1 porque las q̃ di,las q̃ li.9.facil digestion di,facil digestiõ ho.200.pl,1,li,6.ardor di,dolor.pla,1.li.1.enmo di,como.ibi.mas tiene di,mãtiene.ho.207.pla.2.li.18.de calenturas di,de largas calenturas.ho.208.pla.1.li.2.sino o matan di,sino q̃ amatan,ho. 209.pla.1.li.6.cil digestiõ di, cilõ digestiõ,ho,212.pl.2.li. 15.orifico di,orificio.ho.214 pla,2.li.pen.detencia di,detienẽ ho,215,pl.2.li.11.cõforta al di,cõforta algo al.so, 216,pla.2,li.4.estan di,estas ho.220.pla.1.li.12.de yuso di,de suyo,ho,225,pla,1.li,1 y conuiertense di,conuiertense.ho,225.pla:2,li,1,esternescencia di,efferuescencia ho.230.pla.2,li.4,y que di, y a que,li.9,cay,di cae,ho, 233,pla,2,li.6.7.barberos di, barbaros.li.5.espesso,a sapa, di,espesso,sapa,ho.234. pla.1,li,22,alimentis di,alomenos,pla,2,li,3,deñosa dig, dañoso.ho,236,pla.1,li,16 superbo di,superfluo,ho,238 pl,1,li,6:apio di,opio,ho,240 pla.2,li,4,facultad di,difficultad pla,1.li.6.Bimsaui di,Bimasui,ho,242,pla,1,fin.el dolor di,al dolor,so,242 pl,1 li.6,duras di:duros.pla.1,li. 8,part,di,primi,ho,248,pl, 1.li.1,part:di,primi, pla.1.de mal di:del mal:pla. 1:li:7,considerada di:cõmensurada:li:20:sosa di:sola li:23 pte di:primi:ho:249,pl:1:li. 2:razon porque di:razon es porque:li:8:enfria di:enfriã ho:250:pla:1:li:10:11:primera:quarta:del tercero tractado:cap:decima quarta del tercero tractado:tercero ca:ho, 254.pla:1:li:1:bene di beue: ho:255:p:2:li:12:allimanada di:y aliuianada:ho,264:pla:

li.10,color di,color delas hojas.li.22.sufren toda la di, sufren la,ho.271.pla.li.6. Galeno de di,Galeno.3.de pag.2.li.10,caña los di,caña de los.ho,272.pag.1,li.6.vnas di,vuas.ho,275.pa.1.li.16.drafanos di,diafanos,ho.276.pag.2.li.2.subtileza di,subtiliza.ho.282. pag.1.li.18.assi di,a si,ho.283.pag,1.li.18,estuuiere calida di,estuuiere mas calida.pa.2.li.21,debilita el la di,debilita la,ho.287.pa.1. li,12,pardir di,paidir.li.14 petrafano di,petra fanno, pag.2.fin.sossiegue di,sossiego.288.pa,2,li.6,& di,est, 290.pag.li.15.tricacion di, fricacion.ho.291.pa.1.li.3, Noilibus di, Mollibus:pag. 1.li.5.libide di,libido.ho. 293.pa.1.li.16.cuius di,coi- li.17.inuenitus di,iuuenibus.ho.294.pag.1.li.pen. Aristo.el di,Aristo.enel.pa, 2.li.13.presto abreuia di, presto vejez abreuia,li,16. el frequente di,por el frequente,ho,296.pa,1.li.10. commentario di,cõmento. pag.2,li.4.principio di,primero,ho.301.pa,1:li.1,a despues di,o despues,ho,304: pa,1,li.2,regumento di,regimiento,ho,305.pa.2.li,8 medicalibus di,medicabilis ho,307.pa,1.li:8.dist.128,di differ.128,ho,311,pa,2,li 16,tanto el di,tãto enel,ho 312.pa,2.li,20.crio solamẽte di,rio cessassen,y solamẽte,ho,313.pa,1,li,6,que calor di:que el calor,ho,314 pa.l,3:hizo di,haze,pag,2,li 2,ni qual di:ni a q̃l:ho,315 pa,2:li:9:de tercero di:de tercero:ho:316,pa:2:li:14 si la di:si le:ho:319:pag:1.li 18.y esto mismo hizieron lo di:esto hizieron lo.

FIN.

YO Domingo de çauala escriuano de Camara de su magestad,de los que residen en el Consejo,doy fee q̃ por los señores del Consejo,fue tassado el libro segundo,de auiso de sanidad,que tracta de los alimentos,que hizo el Doctor Francisco Nuñez de Coria,cada volumen en papel,en tres reales y medio,con que no se pueda vender sin que primeramente se ponga esta tassa,en la primera hoja del dicho libro. En fee de lo qual lo firme de mi nombre. Fecha en Madrid a quinze de Septiembre,de mil y quinientos y setenta y dos años.

Domingo de çauala.

EL REY.

POr quanto, por parte de vos el Doctor Frãcisco nuñez de Coria, nos ha sido hecha relacion, que vos auiades cõpuesto tres libros, el vno sobre los Affo rismos y Epidemias de Ypocrates, y sobre las euacuaciones vniuersales d todo el cuerpo, y el otro sobre todas las enfermedades q̃ fatigã el cuerpo humano, an si enlo interior, como en lo exterior, en los quales auiades gastado mucho tiẽpo y puesto mucho trabajo, suplicãdonos, a tẽto el prouecho q̃ dellos se seguia vos diessemos licencia y facultad para q̃ por tiẽpo de veynte años los pudiessedes imprimir y vẽder, sin q̃ otra persona algũa lo pudiesse hazer sin tener para ello poder vro, o como la nra merced fuesse, lo q̃l visto por los del nro cõsejo, por quanto enlos dichos libros se hizo la diligencia q̃ la prematica por nos agora nueuamente hecha dispone, fue acordado q̃ deuiamos mãdar dar esta nra cedula para vos en la dicha razon, y nos tuuimos lo por bien, y por la presente vos damos li

cēcia y facultad, para q̄ vos, o quiē vr̄o po
der ouiere, podays imprimir los dichos
libros q̄ de ſuſo ſe haze mēciō, y para q̄
por tiēpo de diez años primeros ſiguien
tes, q̄ corrā y ſe cuentē deſde el dia de la
data deſta nueſtra cedula en adelāte vos
el dicho Doctor Franciſco Nuñez, o la
perſona que el dicho vueſtro poder ouie
re, pueda imprimir los dichos libros, y
mandamos que perſona alguna ſin vue
ſtra licencia durāte el dicho tiempo no
los pueda imprimir ni vender, ſo pena d̄
de perder todos los libros que ouiere im
preſſo, y mas veynte mil marauedis pa-
ra la nueſtra camara. Y mandamos que
deſpues de impreſſo no ſe pueda vender
ni venda, ſin q̄ primero ſe trayga al nue
ſtro conſejo, juntamente con el original
que en el fue viſto, q̄ va rubricado y fir-
mado al fin del de Domingo de çauala
nueſtro eſcriuano de camara de los que
reſiden en el en el nueſtro conſejo, para q̄
ſe vea ſi la dicha impreſsion eſta confor
me al original, y ſe taſſe el precio porque
ſe ouiere de vender cada volumen, ſo pe

na

na de caer, e incurrir en las penas contenidas en la dicha prematica,y leyes de nueſtros reynos,y mãdamos a los del nueſtro conſejo, preſidente,y oydores de las nueſtras audiẽcias,alcaldes, alguaziles de la nueſtra caſa y corte,y chancillerias,y a todos los corregidores, aſsiſtente,gouernadores,alcaldes mayores,y ordinarios, y otros Iuezes y Iuſticias qualeſquier, de todas las ciudades, villas y lugares de los nueſtros reynos y ſeñorios, y a cada vno en qualquier manera,anſi a los que agora ſon,como a los que ſeran de aqui adelante, que vos guarden y cumplan eſta nueſtra cedula y merced que anſi vos hazemos, y que contra el tenor y forma della no vayan ni paſſen, ni conſientan yr ni paſſar por alguna manera,ſo pena de la nueſtra merced,y de cincuẽta mil marauedis para la nueſtra camara. Dada en Eſperança, a veynte y nueue dias del mes de Nouiembre,de mil y quinientos y ſeſenta y ocho años.

YO EL REY.

Por mandado de ſu Mageſtad.
Antonio de Eraſſo.

DOn Phelippe, por la gracia de Dios Rey de Caſtilla, de Leon, de Aragō de las dos Sicilias, de Ieruſalem, de Nauarra, de Granada, de Toledō, de Valencia, de Galizia, de Mallorca, de Seuilla, de Cordoua, de Corcega, de Murcia, de Iaē Conde de Fandes y de Tyrol, &c. Por quanto por parte de vos el doctor Francisco Nuñez, nos ha ſido hecha relacion diziendo, que vos aueys compueſto vn libro en romance Caſtellano, intitulado auiſo de ſanidad, el qual era muy vtil y prouechoſo, ſuplicādonos os diſſemos licencia para lo poder imprimir y vender, o como la nueſtra merced fueſſe. Lo qual viſto por los del nueſtro cōſejo, por quanto en el dicho libro ſe hizo la diligēcia que la prematica por nos agora nueuamente hecha diſpone. Fue acordado que deuiamos mandar dar eſta nueſtra carta para vos en la dicha razon, y nos tuuimos lo por bien. Y por la preſente damos licencia y facultad a qualquier impreſſor deſtos nueſtros reynos, para por eſta vez pueda imprimir el dicho libro

bro, que de ſuſo ſe haze mencion, ſin q̃ por ello cayga ni incurra en pena alguna. Y mandamos que la tal impreſsion ſe haga del dicho libro original, que va rubricada cada plana, y firmada al fin del de Domingo de çauala nueſtro eſcriuano de camara de los que reſiden enel nueſtro conſejo. Y que deſpues de impreſſo, no ſe pueda vender ni venda el dicho libro ſin que primero ſe trayga al nueſtro conſejo, juntamente con el dicho original, para que ſe vea ſi la impreſsion eſta conforme a el, y ſe taſſe el precio a que ſe vuiere de vender cada volumen, ſo pena de caer, e incurrir en las penas contenidas en la prematica y leyes de nueſtros reynos, e no fagades ende al. Dada en la villa de Madrid a doze dias del mes de Abril. de 1570. años.

El Doctor Pero Gaſco. El Licenciado Atiença. El Doctor Durango. El Licenciado Fuenmayor. El Licenciado Iuan Thomas.

Yo Domingo de çauala eſcriuano de camara de ſu Mageſtad, la fize eſcreuir por ſu mandado, con acuerdo de los del ſu conſejo.

AL MVY Illuſtre Señor Doctor Martin de Velaſco, del conſejo y camara de ſu Mageſtad. El Doctor Frãciſco Nuñez de Coria.

MVY ILLVSTRE Señor. Eſpeculando y reboluiẽdo en mi intellecto, a quien pudieſſe dirigir, e intitular eſte mi peq̃ño trabajo, no pude caer en perſona con quien mas me pudieſſe auentajar, que es con V.M. por muchas y efficaces razones, tomadas de vueſtros heroycos meritos y proezas, de las quales como quiſieſſe ſacar lauor para poderme aprouechar en eſta mi pequeña y humilde empreſſa, repentinamẽte me vi priuado de toda eloquencia, pues claramẽte vi, que para

para poderlas contar por extenſo, era intentar materia, a la qual mis fuerças por muchas que fueſſen no pudieſſen cõ gran parte ygualar, y por ende temiendo no me acaeſcieſſe como a Icharo, q̃s. queriendo bolar en muy alto, cayeſſe cõ mis alas derretidas en el profundo pielago de vueſtras proezas, por eſſo no oſe eſtender mis plumas por eſte llano. Mayormente que ninguna coſa puede mi ingenio machinar, ni mi pluma delinear ſobre tal caſo, que no ſea muy mas notorio y manifieſto a todos, que por ella yo pueda referir, porque a quien es occulta vueſtra illuſtre y antigua proſapia, y clara deſcendencia? quien ignora vueſtros grandes meritos y claras virtudes, ſabiduria y prudencia? vueſtra raraabilidad? perſpicaz, juyzio doctado de doctrinas y exẽplos? Da teſtimonio notorio la muy inſigne vniuerſidad de Salamanca, adonde con tanto aplauſo fuyſtes principal profeſſor de derechos. Derrama vueſtra fama y loor el Real

ſenado de la audiencia de Granada, a dõ de fuyſtes tan preminente Oydor, aprueualo y echa el ſello nueſtro inuictiſsimo Rey Philippo, pues os eligio entre los mas auentajados de ſus prouincias por vnico Conſultor de ſu camara, porque no hallo perſona en quien con juſto titulo pudieſſe caber tal preminẽcia, pues conoſcio en vos diſcrecion para el gouierno y pacificacion de ſus reynos, firme conſejo para la pugnicion y caſtigo de los rebeldes y tranſgreſſores, proeza e induſtria para acomerer los enemigos de nueſtra ſancta Religiõ, lo qual no fue ſin eſpecial deſtino de Dios, en cuya mano (como dize Salomon) eſta el coraçon del Rey, y le mueue a hazer ſu voluntad porque vio que anſi cumplia al gouierno y ſoſsiego de ſu fiel republica Chriſtiana, y porq̃ os quiſo premiar vueſtras virtudes (pues como dize Ariſtoteles) el premio de la virtud es el honor, y fue, y es muy neceſſario que anſi fueſſe, porq̃ a eſte exemplo, los hombres trabajen y ſe

den

den a la virtud (pues como dize Cicerõ) El honor cria las artes, de aqui es que todos se enciendẽ para los estudios. Tuuo mi atreuimiento y osadia entrada para V.M. por dos causas, la vna porq̃ tome por medianero a vuestro muy illustre y esclarescido consuegro dõ Frãcisco Chacon, señor de las villas de Casaruuios, y Arroyo de Molinos, de quien yo y mis passados fuymos vassallos y criados, de la qual tan acertada y competente affinidad el rey, y toda la corte se holgo, y sera, mediante Dios, para que de tal matrimonio resulte vna familia muy señalada y requerida de los mas illustres de España. La otra, porque como yo viesse, que dende vuestra niñez y juuentud en tẽdistes en este sacro exercicio de letras y sabiduria, por el mismo caso no desde ñariades acceptar este mi pequeño dõ, alforjado de mis estudios y trabajos, en el qual hallara V.M. vn emporio y didiuersidad de cosas, perteneſciẽtes para la conseruacion dela sanidad. Hallara ni

mas

mas ni menos,el vſo y orden y manera de tomar los mãjares y acoſtumbrar los baños y exercicios,finalmente todas aq̃ llas coſas q̃ ſon conuenibles al regimien ro de la ſanidad,compronadas con la au toridad y eſperimentos de los mas do-ctos varones dela medicina.Dexo a par te muchos ſecretos de los manjares pa-ra particulares enfermedades muchas ſentencias philoſophicas,dignas de con-templacion que ſe rocã de paſſo. Reſci-ba pues agora V. M. eſte pequeño don, teniendo mas reſpecto a la intencion y voluntad de quien le offreſce, que no de lo q̃ el es, pues en eſto offrezco todo lo q̃ puedo, ſo cuya ſombra y amparo yo me aluergo y tomo oſadia de ſacar a bo lar eſta nueua cria,temeroſa de ſer toca-da con la ſaeta enherbolada de las ma-las lenguas. Cuya muy illuſtre y ſu-blimada perſona y eſtado nro ſe ñor proſpere,alargue,con ſerue por muchos años.

Vale.

Prologo.

QVE del vſo del buen regimiento ſy buenos y loables mãjares reſulte buena cõplexion, y de la buena complexion, buen entendimiento, de lqual procedẽ las buenas coſtumbres. Dixolo el Galeno en muchos lugares, eſpecialmente enel ſegundo de ſanitate tuẽda diziendo. Que anſi como el niño q̃ de ſu complexion naſce templado, pero por criarſe en ocioſidad y regalo, y con manjares diuerſos, y a las vezes contrarios, ſe corrompe ſu naturaleza, y ſe haze vicioſo y deſenfrenado Anſi por el contrario el que naſce de complexiõ y naturaleza viciosa, e inclinada a mal, con el buẽ regimiẽto y tẽplado exercicio, buelue ſu naturaleza en meſor. La razon es, porque del buen manjar, ſe engendra buena ſangre, de buena ſangre, buena complexion y contextura, de donde procede el buen entendimiento y buẽ ſuyzio, y dende buenas coſtumbres. Por lo qual dixo Ariſtoteles. La bõdad del tacto, arguye bondad de carne. La bõdad dela carne, arguye bondad de complexion, la qual arguye bondad de entendimiento. Por el contrario del duro tacto, ſe arguye dura carne, de la dura carne, mala complexion, de la mala complexiõ, mal entendimiento, inclinado a malas coſtumbres, e injuſtas obras. Y eſta manifieſto, que la buena carne y tacto, procedẽ del bueno y loable mãtenimiento, y el duro tacto y carne, del mãtenimiento malo y duro de digeſtiõ. Y porende el diuinal Galeno eſcriuio vn libro intitulado, q̃ las coſtũbres delanimo ſiguẽ la cõplexion y naturaleza del cuerpo, y anſi lo prouo, y anſi lo vemos que el de complexion templada, qual es el ſanguino, es de buen entendimiento y ſuyzio, y es alegre, y no malicioſo, y no mañoſo, antes juſto y loable. El colerico

es

es oſado, veloz, agudo, ſutil ingenioſo, facilmente ſe ayra y aplaca, el melancholico natural es prudente, aſtuto, nō facil alterable, cauilloſo, engañador, triſte, ſeuero, q̄ guarda la injuria mucho tiempo. El flematico, tardo deſgraciado, frio, affeminado, đ grueſſo ingenio y juyzio. Por lo qual comunmente dezimos, al que facilmente ſe enoja, que es vn colerico, y al que anda ſeuero, y triſte, que es vn melancholico y tretico. Al alegre y liberal, que es ſanguino de buena complexion. Al peſado y prolixo, que es vn pedaço de flema, por lo qual como de los mantenimiētos caliētes ſe enciēda la colera, y dela colera anſi encendida ſe deſpierte la yra y coraje, ſigueſe q̄ del tal alimento ſe corrōpan las coſtumbres. Itē como đl mājar frio y ſeco, grueſſo, ſe engendre melancholia, ſigueſe que los hombres ſe bueluan triſtes, temeroſos de lo por venir, y porende ſon timidos, auaros. Item como đl manjar frio y humido ſe cauſe flema, hazenſe los hombres tardos, perezoſos,

zoſos para qualquiera obra, de donde ſe ſigue corrupcion de las buenas coſtumbres, pues la yra es contraria a la paciencia y cuffrimiento, la auaricia a la liberalidad, la pereza a la diligencia. Empero como del bueno y templado mantenimiento ſe cauſe ſangre buena, y humores moderados, hazenſe los hombres juſtos, buenos, nobles, y por eſſo dize el refrã comũ, cõ quiẽ paſces, yno con quien naſces, ſentencia a mi ver concluyda de los muy altos ſabios y Philoſophos, para dar a entender, que apaſcentandoſe y criandoſe de buenos y templados alimẽtos, proceden las buenas coſtumbres, y el deſſear ſer caſtos, y ſeruir a Dios porel contrario, de criarſe en mucho ocio y regalo, mucha abundancia de manjares, procede dſſeo de luxuria y coſas torpes, de donde ſe cometen atroces y facinoroſos delictos. Por lo qual, como de los muchos y diuerſos manjares dados por mal orden, no ſolo ſe ſiguia daño y perjuyzio al cuerpo. Empero tãbien al ani-

mo prouocãdole a malas y funeſtras co ſtũbres, quiſe ordenar eſte tratado del regimiento de las ſeys coſas q̃ dizen naturales, quales ſon la beuida, comida, el exercicio, el vaño, el ſueño, e vigilia, el vſo venereo, paſsiones del animo, como ſon yra, gozo, triſteza, temor, oſadia, Deſto poſtrero no quiſe tratar. Lo vno, por q̃ me pareſcio que la tal materia tiraua mas a moralidad que no a medicina. Lo otro por eſtar occupado en coſas familiares, y baſta reſidir en corte para no poder tener oportunidad para ſemejantes obras, mayormẽte el q̃ tiene por ſu induſtria de adq̃rir las coſas neceſſarias, y reſiſtir a las aſſechãças y cautelas de aq̃llos, cuyo eſtudio no es ſino aſtucias y liſonjas, con las quales coſas atierrã y derruecan, y abaxan las buenas letras y eſtudio y atraen a ſi los animos, anſi de los illuſtres, como dela plebe. Finalmẽte, el eſtudio de todos en comun, es llegar bienes temporales, riquezas, mayorazgos, aplauſo de todos, accomodandoſe, y ſujetandoſe

doſe a ellos, ganandoles las voluntades. Y finalmente buſcando eſta gloria mundana, dela qual dixo el Geleno. eñl principio del ſeptimo de la therapetica que aprouecha poco a los bivos, y ninguna coſa alos muertos, no alos biuos, porque dixo q̃ buſcandola oluidan de eſpecular, o cõtẽplar en ſciẽcia, o ſabiduria adõ de eſta la verdadera felicidad, como tãbiẽ lo dixo Ariſto. enel lib. ā morte anſi. *Qui inuenit philoſophiã inuenit vitã in vtroque ſeculo.* q̃ el q̃ halla philoſophia halla vida eneſte y enel otro ſiglo. E dixo enel lib. de Fortuna bona. *Nihil melius ſciencia præter Deũ,* Dize q̃ fuera de Dios y de ſus coſas, no ay coſa mejor q̃la ſciẽcia. No aprouecha tãpoco a los muertos, porq̃ ſu ganãcia y vanagloria murio con ellos. Anſi lo dixo el rey y propheta Dauid. *Dormierunt ſomnum ſuum viri diuitiarum & nihil inuenerunt in manibus ſuis.* Durmieron los varones de las riquezas ſu ſueño, deſpues ſe hallaron ſin nada en ſus manos. No quiſe dexar de eſcreuir,

aunque mas detractores y mordaces hu uiesse,porq̃ como dixo Aristot.enel primero de los Topicos. *Quolibet contraria opinionibus sapientis asserente solicitum esse stultũ est.* Dize, que es necedad y locura congoxarse el hombre, porque qualquiera affirme lo que es contrario a las opiniones de los sabios,Especialmẽte,que ninguna cosa ay de la qual no se murmure, como paresce por vn Apologo adonde se refiere. Que yendo vn padre y vn hijo a vna feria a vender vn jumento, por no cansarle,porque llegasse a la feria de suerte que paresciesse bien para venderle, no quisieron subir enel,los que los topauan llamauanlos de apocados, que se querian antes cansar y fatigar,que no subir en vna bestia que crio Dios para yr en ella. Oyendo esto,hizo el padre subir al hijo,y como se topassen cõ otros,empeçaron tambien a murmurar diziẽdo. Mira que necedad yrse elviejo a pie,yvn moço que pudiera caminar a talon todo el camino sin detrimẽto yrse cauallero.

Oyen

Oyendo esto el padre, apea el hijo, y sube el, y como se topasse con otros, empeçaron tambien a murmurar diziendo, q̃ era consciencia q̃ vn hõbre tan grãde se fuesse caualiero, y traxesse tras si acosado vn moçuelo. Oyendo esto subieron entrãbos eñl jumẽto, toparõse cõ otros, los quales empeçaron a maldezirles, diziẽdo q̃ matauã aq̃lla bestiezuela yendo dos caualleros eñlla. Oyẽdo esto, toman su jumẽto y lleuãle a cuestas, y echanle enel rio. Anssi, q̃ viẽdo que de qualquier modo q̃ vñ hõbre escriua, o haga otro qualquier exercicio de virtud, nunca falta de q̃ asir para detratar, acorde menospreciar todo lo q̃ los ydiotas, e inuidiosos pudiessen dtratar, pues tenemos por exemplo a nuestro saluador, el qual por la justicia y verdad fue murmurado y desamparado, y al fin crucificado, cuya verdad queda y quedara para in eternũ. El qual juntamẽte, con el padre, y el espiritu sancto reyna, y reynara, para siempre jamas.

TABLA DEL libro primero de a-

auiso de sanidad, del pã, y carnes, pes-
cado, y cosas de leche y huevos.

¶ Capitulo primero del trigo. fo. 1
Cop. 2. de la condicion de la buena ha-
rina. 3
Cap. 3. como se deue confitionar el pã. 5
Cap. 4. como se deue cozer el pan. 8
Capi. 5. qual sea el mejor y escogido pã
de todos. de la flor de la harina. 10
Cap 6. que carnes sean conuenibles pa-
ra nuestro cuerpo. 12
Cap. 7. si es mejor la carne domestica q̃
la montesina. 15
Cap. 8. en el qual se muestra ser mejor la
carne que se cria en casa, que la que
se cria en el campo. 17
Cap. 9. qual sea mas loable carne, la del
macho, o la de la hembra, o la de los
castrados. 21

Cap.

Cap.10.qual ſea mejor la carde de los animales rezien naſcidos, o de los ya creſcidos,o de los viejos. 23
Cap.11. qual ſea mejor carne en corpulencia,la magra,o la gorda mediana, mente. 27
Cap.12.como ſe deuen cozer las carnes y de la naturaleza de las carnes aſſadas, y fritas,y cozidas. 29
Cap.13.de las carnes ſaladas, y quales ſe deuan ſalar,y quales no. 21
Cap.15.q̃ trata dela carne del cabrito.34
Cap.16.que trata de la vitella,que llamã ternera. 36
Cap.17. qúe dize ſer mejor la carne del cordero de vn año,q̃ del de leche. 38
Cap 18.de la naturaleza del puerco. 40
Cap.19.de los animales caſtrados,y quales dellos ſean mas loables. 42
Cap.20.dela carne del buey y vaca. 44
Cap.21 de la carne de liebre, conejo, y zorro. 46
Cap.22.de la carne del ciervo, gamo,cabramontes. 47

Cap.23.de la carne del Erizo. 50
Cap.24. qual ſea mejor carne entre los animales quadrupedes en comparacion,y qual mejor entre las aues. 51
Cap.24. de las gallinas, pollos, y capones. 53
Cap,25.delos anadones y anſarones. 55
Cap.26.de los palominos. 56
Cap.26.de los pauones. 60
Cap.27.de las perdizes. 61
Cap.28.delas eſtarnas y fayſanes. 63
Cap.29.de las codornizes y tortolas. 65
Cap.30.del aueſtruz,grulla,y de otras aues aguaticas. 67
Cap.31.delos zorzales,mirlas,gorriones, y de otras aues menudas. 69
Cap.32.delas partes exteriores,e interiores de los animales. 71
Cap.33.de los miembros carnoſos. 73
Cap.34.de las partes de las aues. 74
Cap.35.de la naturaleza del celebro,que ſe llama ſeſos,y como ſe deue apareiar. 75
Cap.36.del mãtenimiẽto del coraçõ. 77

Cap.

ca.37.đlos pulmones yſu nutrimẽto.78
Cap.38.de los inteſtinos,o tripas,o quajar,o vientre,en quanto alimento,79
Cap.39. de la naturaleza del higado, y baço,en quanto a nutrimento. 80
Cap.40.del baço y naturaleza. 81
Ca.41.đ las turmas,vbres y riñones. 82
Cap.42.de los ojos y narizes y guargue ro,y de las mas carnes ternilloſas,y de la lengua en quanto nutrimento. 83
Cap.43.de la naturaleza de los pies y co la, en quanto a alimento. 86
Cap.43.dela pringue y ſangre. 87
Cap.44.de la calidad de los hueuos. 89
Cap.45.q̃les ſonlos mejores hueuos.90
Cap.46. como ſe deuen cozer los hueuos. 92
Cap.47.de la leche. 94
Cap.48.del nutrimento de la leche. 96
Cap.49.de las eſpecies de la leche. 96
Cap.50.de lo que ſe han de guardar deſpues de comida la leche. 99
Cap.51. de lo q̃ ſe ſigue de la mucha frequentacion, y comer a menudo la leche.

che. 101
Capit.52. como se deua preparar la leche. 102
Cap.53.de la leche quajada,y naçulas,natas,naterones, y requesones 103
Cap.54. del queso reziente. 105
Cap.55.del queso fresco y añejo. 107
Cap.56.qual sea mejor queso. 109
Cap.57.de los peces,y de sus daños y prouechos. 111
Cap.58.de los peces marinos 112
Cap.59.de los pesces de los rios, y quales sean los mejores. 114
Cap.60.de los peces d las lagunas, y estãques. 115
Cap.62.de las condiciones de los peces,o sideuen ser grades,o pequeños,o medianos,o gordos,o flacos. 118
Cap.63.de los peces de escamas. 118
Cap.64.como se deuen preparar los peces,o pescados, y de las differẽcias de los pescados vsuales. 119
Cap,65.de los pescados salados, y galapagos,tortugas,y caracoles. 122
Cap,66.de las condiciones que se denen

guardar enel comer de los peces. 125

Libro segundo.

¶ Capitulo primero de la hortaliza, y como se ha de conoscer. 127
Cap. 2. que las cosas de hortalizas no son de buen mantenimiento, especial si son silueſtres. 129
Cap. 3. de los grados de las medicinas, adó de se trata delas azederas, y apio. 131
Cap. 4 del basilicon mayor y menor, q̃ se dize albahaca. 132
Cap. 5. de las aselgas, que se dizen beta en latin, y delas borrajas y de la lengua de buey. 133
Cap. 6. de las uerças y su nutrimento. 134
Cap. 7. de la endiuia, y de la achicoria, y escarola. 136
Cap. 8. de la oruga, y hinojo. 137
Cap. 9. de las lechugas. 138
Cp 10. de la meliza que se llama toronjil, y de la menta, que se llama yerua buena. 38
Capitulo 11. del mastuerço, y del peregil, ver-

verdolaga y moſtaza. 140
Ca.12 d̃ las eſpinacas y eſparragos. 142
Cap.13.de las rayzes de las yeruas,adon de ſe declaran ſus facultades,y del ajo y cebolla. 143
Cap.14.de las cebollas. 145
Cap.15.de los nauos y çanahorias. 146
Cap,16.de los rauanos y puerros. 148
Cap.17.del cardo de comer, y del alcarchofa. 150
Cap.18.de las ſemillas y legumbres. 152
Cap.19.de la naturaleza de los garuanços. 153
Cap.20.de las hauas. 155
Cap,20.de las lentejas y ſus daños. 156
Cap.21.de la ceuada y ordiate, y como ſe deue hazer. 159
Cap.22.de las aruejas. 161
Cap.23.del arroz. 161

Libro tercero.

Cap.1.de las frutas, y de ſu poco nutrimento. 163
Cap.2. como las frutas no ſe deuen co-

mer

mer por razon de ſu particular nutrimento. 164
Cap.3. a quales hõbres menos dañã las frutas,y en q̃ tiẽpo ſe deuẽ comer.166
Capit.4 que frutas ſe deuan euitar, o ſi ſe deuan beuer agua, o vino tras ellas. 169
Cap.5.de la alcaparra. 171
Cap.6.delos melones,y ſu calidad. 172.
Cap.7.đla calabaça,y ſu nutrimẽto .175
Cap. 8. de los pepinos y cohombros,y propriedades dellos. 176
Cap.6.de los hõgos y getas, y de ſu mal nutrimento. 178
Cap.10.de las turmas de tierra. 180
Cap.11.de la berengenas, y ſu mal nutrimento. 181
Cap.12.de las frutas verdes y ſecas, y de las de delgada y dura corteza. 182
Cap.13.de las almendras. 184
Cap. 14. de las auellanas, y de ſu nutrimento. 185
Cap.15.đlas caſtañas y ſu nutrimẽto.187
Cap.16.de las nuezes. 188

Cap.

† Cap.17.de los piñones. 190
Cap.18,de los alfocigos,que ſe llaman en latin Fiſtiti,e piſtacie. 191
Cap.19.de los datiles q̃ ſe dizen en latin Palmulę y penices,y đ ſus eſpecies.192
Cap.20.de las cerezas y guindas. 193
Ca 21.đ las moras y đ ſu naturaleza.194
Cap.22.de los higos rezientes. 196
Capit. de los higos paſſados,y ſu nutrimento. 197
Cap.14,de las vuas,y ſu naturaleza. 199.
Cap.25.de las paſſas,y ſu nutrimẽto. 201
Cap.26.de las ciruelas y propriedad.203
Ca.28.đ las peras,y ſus propriedades,204
Cap.29.de los aluarcoques,llamados en latin prẽcoces,y de las aluerchigas llamadas en latin poma armeniaca, y đ ſus prouechos. 206
Cap. 30.de los duraznos y priſcos, y ſus propriedades. 208
Cap. 31. de los menbrillos,y de ſu naturaleza para ſe comer. 211.
Cap.32.de las granadas. 212
Cap.33.de los açufayfas. 214

Cap.

Cap.33. de los limones y naranjas, 215
Cap.34. de la cidra y de sus partes. 216
Cap.35. de las azeytunas. 218

Libro quarto.

¶ Cap. primero de los manjares compuestos, como de ensalada, salsas, pasteles, caçuelas. 222
Capit. 2. de las gorduras y enxundias, y pringues. 224
Cap. 3. de la manteca de vacas, y del azeyte de olivas, y sus propriedades 226
Cap. 4. del vinagre. 228
Cap. 5. del agraz. 229
Cap. 6. de la miel. 230
Cap. 7. del açucar. 232
Cap. del arrope, y del vino cozido 233
Cap. 9. de la sal. 234
Cap. 10. del anis, y del eneldo. 236
Cap. 11. del culantro, 237
Cap. 12. dela canela. 239
Cap. 13. del açafran. 240
Cap. 14. de los clauos y galanga, y cominos, y alcaraueа. 241

Cap.15.de la nuez moſcadas, pimienta, agengibre. 242
Cap.16. que trata del ſabor y qualidad de los manjares, y quãtas vezes ſe ha de comer en el dia. 243
Cap.27.que alimentos ſe deuen comer primero,y quales a la poſtre. 249

Libro quinto

Capitulo primero del beuer. 253
Cap.2. ſi ſea vtil beuer en ayunas. 254
Cap.3.ſi deſpues de comer paſſadas dos o tres horas conuenga beuer, o no,auiendo ſed. 255
Cap.4.ſi ſe deue beuer deſpues del exercicio y trabajo,o ſi ſe deua beuer deſpues de algunos manjares. 256
Cap.5.de los daños que ſe ſiguẽ de la demaſiada beuida del vino. 258
Cap.6. de la agua, o vino enfriada con nieue,o de otra manera. 260
Cap.7.de los vinos en general. 263

Cap.

Cap.8. del vino aguado, y del vino de color y ſuſtancia de agua, finalmente del vino blanco. 265
Cap.9,delos vinos claretes y tintos y eſcuros y turbios. 269
Cap.10.del vino dulce, agora ſea tinto,agora ſea blanco. 271
Cap.11. del vino ſtiptico ſubtil, que dizen agreſtino,ydel auſtero y pontico, en fin de los vinos eſtreñidos. 272
Cap.12.del vino arromatico oloroſo, y del vino d mal olor,y d ſus daños. 272
Cap.13.del vino nueuo y de ſus daños,y a quien haze mas daño. 274
Cap.14.del vino añejo. 276
Cap.15. de las aguas,y quales ſean mejores para beuer. 277
Cap.16.delas aguas luuias, y de rios, y pozos,y eſtanques. 279
Cap.17.dela agua caliente y tibia,ydela cozida. 282
Cap.18. de aloxa,cerueza, y ſidra, clarea. 284
Cap.19. que ſe deua hazer deſpues de a-

uer comido, porque la comida se digera. 287

Tractado del vso de las mugeres.

Cap.1.en el qual se trata, que cosa sea el coyto,o acto venereo, y si la delectacion del tal acto,sea mayor en la muger que enel varon. 289
Cap.2.enel qual se trata del mucho detrimento que procede de mucho coyto y del prouecho que el moderado trae. 292
Et capitulo.3. 294
Cap.4. en que tiẽpo del año es mas dañoso el coyto,y para quien. 295
Cap.5.a que complexiones sea mas prouechoso,y a que mas dañoso. 296
Cap.6. en que hora y tiẽpo del año mas conuenga el coyto. 298
Cap.7.de que cosas se deue guardar los religiosos y varones que quieren guardar la castidad. 302
Cap.8. que es lo que deuen hazer los q̃ quisie

quisieren no ser molestados ni tentados dela carne. 305
Cap. 9. dlos vaños y sus cõdiciones. 306
Cap. 9. de vaño de agua fria, y de su vtilidad y prouecho, y quiẽ se aya de vañar enel, y a que tiempo. 310
Cap. 10. que cosa sea sueño, y como sea necessario, y de donde procede, y como conuenga para bondad de la digestion. 312
Cap. 11. quales sean las vtilidades y prouechos del sueño templado, y de sus daños, quando es desmoderado y superfluo. 313
Cap. 12. a que horas se deue dormir, y en que disposiciõ del cuerpo y sobre que partes. 314
Epigramma medicamenti catartici.
Glosa del mesmo.

¶ Fin de la tabla.

LIBRO PRIMERO DE AVISO de ſanidad, que trata del pan y carnes, peſcados, y coſas de leche y hueuos.

CAPITVLO PRIMERO del Trigo.

PORQVE para la conſeruacion de la ſanidad y alargamiento de los dias de la vida haze tãto al caſo, ſaber la qualidad, cantiddad, orden y manera de tomar los alimentos, que ſin ello ſea imposſible que alguno naturalmẽte pueda conſeruarſe en ſu ſalud, e viuir luengo tiempo, por eſſo (mediante el fauor

de Dios, sin el qual, como dize san Iuã ninguna cosa es hecha) determine cõponer este tratado, a honor y gloria đ aquel eterno criador đ las cosas, el qual es trino en personas y vno en essencia. Y primeramente tratare del pan, pues es fundamento de todos los otros mãjares, y porende se deue tener mucha cuenta cõ su bondad e malicia, porque como dize Galeno. Si el pan fuere malo, no solamẽte no haze prouecho empero es muy dañoso, y assi dixo Auicena, quando el pan no se digere, es grãde su impedimento e daño, y por esso se ha primero de discutir qual deua de ser el trigo del qual se ha de hazer el pã porque no se venga en error, ni aya dubda en cosa tã baxa y tan necessaria. E aunque de otras semillas se haga pan empero no emos de hazer mẽciõ sino del trigo como de semilla mas perfecta e cõuenible al cuerpo humano, del qual dize Ababuas, el trigo es el mas loable grano

5. De sanitatuenda 3. primi.

grano de todos,y mas cercano al me dio temperamẽto, ſino que declina vn poco a calor,e poreſſo es mas conueni ble e mas loable nutrimento de todos que ſehazen de granos,e dixo mas que el trigo tiene excellẽcia ſobre todas las otras ſemillas,porque es de mayor nutrimento e mas loable por la ſemejãça que tiene en la templança e conplexiõ de nueſtro cuerpo,porloqual como dize Iſac,el buen trigo a de tener cinco condiciones.La primera que ſea eſpeſo e peſado e diſficil de partir,por defuera,de color de cera,y de dentro blãco, en ſu ſuperficie blanco e luzio,del qual ſalga mucha harina e poco ſaluado,porque el trigo deſta manera haze mucho para la confortaciõ de los miẽbros y para dar fuerça,y por el contrario el trigo que fuere liuiano, raro e blanco, facil de partir, e aſpero en la ſuperficie,de poca harina e mucho ſaluado,no es loable ni bueno,en quan-

to a la primera condicion. La ſegunda condicion laqual es cauſa de la primera, es que el trigo ſea de tierra ſeboſa e grueſſa, porque de la tal tierra ſale el trigo mas grueſſo y de mas peſo y de mas nutrimento, como por el contrario, el que es de tierra flaca e eſteril y ſeca, es trigo magro e de poco peſo liuiano, e menos mantiene como ſe ve enel trigo que es de tierra ſalitroſa, o ſalada. Ni tampoco deue ſer de cenagales o vmbrios, porque el tal trigo es de fria e humida naturaleza, y es cauſa para multiplicar ſuperfluidades, e por ſer naſcido en tales tierras, muy preſto ſe enterneſce e ſe hincha, e como ſea anſi blando e raro, preſto ſe penetra de la frialdad del ayre, pordonde ſu calor interior y natural preſto desfaleſce, loqual es cauſa q̃ lo mas ſea ſaluado con poca harina. La tercera condicion es que el trigo no ſea nueuo ni antiguo o muy anejo, porque lo nue-

uo

uo e de poco tiempo es humido demaſiado por la reziente humidad que tiene de la tierra, porloqual es viſcoſo duro de digeſtion e cauſa de ventoſidades, y de ruido enel vientre e que ſegũ Iſac cauſa dolor enel lado, e que preſto ſe podreſce y engendra lombrizes e guſanos enel cuerpo, pareſceſe claramente ſu demaſiada humidad, porque el pan hecho del tal trigo nueuo, muy preſto hincha y engorda, aunque Diaſcorides affirmo el trigo nueuo ſer mejor, pero engaño ſe, ni tampoco deue ſer muy añejo, porque el tal trigo es ſeco demaſiado e mantiene poco, y es duro de digeſtion, porque del mucho tiẽpo ſe conſume y exala ſu humidad natural. Deue luego el trigo ſer enel medio, ni muy añejo ni muy nueuo, porq̃ el tal trigo no tiene humidad ſuperflua, e accidental, ſino vna humidad moderada, ni mucha ni poca. Y el tal trigo muy bien mantiene e preſto ſe digere,

La quinta condicion es que sea limpio de Neguilla, Centeno, Aruejas como lo dixo Auicena diziendo, conuiene q̃ el trigo de que se haze el pan sea limpio de cosas estrañas &c. El tal trigo q̃ tiene estas cinco condiciones es el que es pesado, de color de cera, luzio, sano, puro, medianamente humido.

3. primi doct or. cap. 7.

CAPITVLO SEgundo que condiciones deue tener la buena harina de trigo para que el pan salga bueno.

LA harina del trigo aunq̃ sea muy bueno, no sera loable para la sanidad del cuerpo sino fuere perfectamente molida, y no remolida, como lo suelen hazer algunos molineros, los quales muelan el saluado hasta que sal

ga

ga tanta harina, quanta hurtaron de lo escogido, por loqual la harina sale mas negra e peor y muy periudicial a la salud por la mucha cantidad de subtil saluado que tiene mezclado, de laqual harina no se puede cõficionar sino vn pan lleno de saluado remolido, que cõ mucha presteza y velocidad desciende del estomago a los intestinos o tripas como lo dize Auicena, pues como dize Isac, la naturaleza de la corteza del trigo, que es el saluado, es caliente y seca y q̃ presto se cuela y es mas abstersiua o mundificatiua que la harina, pero el mantenimiento suyo es muy poco y muy malo porque el pan d̃ saluados engendra melancolia, como lo testifica Auicena en los canticos, lo mismo afirma Rasis diziendo, el pan que tiene mucho saluado, no para enel estomago y es de poco mantenimiẽto lo contrario es del pan que tiene poco saluado, e mas abaxo por authoridad d̃

Auic. Tertia primi cap. vt sup.

Particu. dietis.

Auic. Textu. 130.

Lib. 21 continẽ cap. 8.

Rufo dize el pan quanto es mas puro mas engendra buen humor, sino que es tardo en descendir, empero el pan q̃ no es puro e no esta bien limpio, y es de mucho saluado, engendra mal humor, y es facil para descendir a las tripas, y por esso la harina no deue ser remolida o demasiadamente molida, sino sufficientemente, paraque queden mas cortezas gruessas, las quales no puedan colar juntamente con la harina, quando se cierne con cedaço, pues como dize Isac enel lugar arriba acotado, la harina molida perfectamẽte limpia de saluado e acemite es mejor para ser digerida o commutada enel estomago, e mas facil para la distribucion por todas las venas e cuerpo, e para la nutricion de todo el cuerpo, pero la harina que no es ansi tambiẽ molida tiene todas las propriedades contrarias, e como dize Auicena e Rufo, el pan quanto es de harina mas pura e limpia

Isac dietis vniuersalibus. cap. 11.

tanto

tanto es de mas nutrimento, empero es mas difficil para hazer camara e mas difficil de colar, porloqual como tambien Galeno lo afirma e prueua, el pan conficionado de harina pura es de mas preſta digeſtion, por eſtar muy limpia de ſaluados e acemite, porque el ſaluado e acemite no pueden recebir digeſtion, y eſto es la cauſa porque el pan hecho de harina pura es tardia para el deſcenſo, porque el ſaluado e acemite ſon cauſa que el pan ſea facil para colar e deſcendir. Porloqual ſe ſaca por concluſion q̄ la harina deue ſer pura e limpia e ſufficientemẽte molida yeſta es la primera y mas principal e requiſita condicion paraq̄ la harina ſea perfecta. La ſegunda condicion es que la harina no ſea rezien molida ni guardada por mucho tiempo, pero q̄ ſea mediana entre ellas porq̄ como dize Iſac en las particulares dietas, la harina rezien molida e rezien ſalida del molino *Partic. Diet.*

calienta el cuerpo,e aprieta el vientre porque adquiere de la continua reuolucion del molino, encendimiento y calor, porloqual calienta demasiadamente,el estomago,y desseca la humidad de la camara, pero la harina q̃ ha mucho que se saco del molino escaliẽta el higado e presto se hecha por camara,pero la harina que no es rezien salida del molino ni mucho tiepo guardada,es moderada en todo,la tal harina amassada con leuadura y sal es buena paraque della se haga buen pan.

CAITVLO TERCERO enelqual se pone como se deua de conficionar el pan, paraq̃ sea bueno,y con que cosas se deue mezclar.

TRes cosas son necesarias principalmente paraque se conficione el pan

pan conſeruatiuo de la ſanidad. La primera es que ninguna coſa ſe dexe de mezclar con el, de las que ſuelen, conuiene a ſaber, agua, ſal: leuadura, en cõuenible cantidad, como lo affirma Auerroes, diziendo quando el pan ſe cõficiona a ſe de echar conuenible cantidad de ſal, e a ſe de configir cõ mucha agua prraque ſalga eſpongioſo, e deue ſer ſazonado con ſufficiente cantidad de leuadura, y puſo la cauſa diziendo, q̃ el pan Azimo, quiere dezir ſin leuadura, es grueſſo e viſcoſo, por la miſma cauſa no es bueno el que tiene demaſiada leuadura, porq̃ ſe traſmuta e buelue en humores corruptos y podridos por el calor eſtraño engendrado de la leuadura, porloqual la quantidad de la leuadura e ſal deue ſer moderada, porq̃ el pan de mucha ſal e leuadura, mantiene poco y no conforta, empero la ſal moderada deſeca la humidad, e la leuadura moderada es cauſa de mas perfe-

5. Colli. cap. de complexione ciborũ.

cta

5. de sanitate tuenda

da miſtion, lo miſmo dixo Galeno cõ eſtas palabras, el pan couuenible no deue eſtar ſin ſal, mas empero a de tener aſſaz de ſal, e de leuadura e deue ſer diligentemente cozido, la cauſa porque ſe echa enel pan leuadura, ſegun dize

Ibidem

Aueroes, es porque ſe haze mas hueco y eſpongioſo, y paraque predomine enel el elemento del ayre e ſe haga mas facil de digeſtion, porque la ſuſtancia del ayre es mas facil y mas leue, para la traſmutacion e para la digeſtion. Ariſtoteles dize que por eſſo ſe echa ſal enel pan, Porque deſeca y conſume la humidad ſuperflua, y aſsi los panes ſalados ſe preſeruan mas de corrupcion pues la humidad es cauſa de putrefaction. E deſpues de otras coſas muchas que puſo, dixo que en los panes ſin ſal ſe eſta queda la humidad aguanoſa e ſuperflua, e no ſe euapora, porq̃ no tiene ſal que conſuma aquella humidad, y por eſta cauſa los panes ſe hazẽ mas

5. Problema 21.

peſa-

pesados e assi los panaderos no salan ni cuezen sufficientemente el pan por que pese mas paraque venga al peso dl fiel, pues luego haga se el pā d agua leuadura, sal e harina, e no con azeyte ni con otras cosas desta manerā, porq̄ el pan amassado con azeyte es malo, pues al tiēpo del cozer se frie y requema el azeyte, y el pan se va a naturaleza de alcreuite, como lo afirma Aueroes, y Aliabas; el segūdo requisito es q̄ la massa se hiña e dome mucho, paraq̄ el pau se haga mas facil de digestion, por loqual inquiere Aristoteles que es la causa, que quantomas la massa se hiñe o mas se amassa mas se buelue pegajosa, e con mas difficultad se desase empero el pan configido de esta massa mas presto se parte e desmorona, la causa es porque quantomas la pasta del pan se amasa, mas se buelue viscosa e pegajosa, pero quando se cueze de todas partes sufficiente e ygualmente

5. col. prin. liget. Theori. 5. cap. 15. 21. proble. 7.

qui-

quita se y consumese su humidad, que la hazia pegajosa, porloqual quitada la tal humidad viscosa, es muy facil de partir e diuidirse en muchas partes, mientras mas fuere amassado mucho mas, porloqual el tal pan sera mejor, porq̃ mientras mas se desmorona, o mas se desmenuza en la boca, muy mas presto se digere enel estomago: e

Ibidem assi dixo Aristoteles. *Oportet enim quod debet digeri, diuidi in minima.* Quiere dezir conuiene que lo que se a de digerir, se diuida en muchas partes. El tercero requisito paraque el pan sea bueno para la salud es, que no sean los panes muy chicos, ni muy grãdes, sino moderados porque como dize Isac, en las particula-

Isac de diet. par. ti. res dietas: el pan chico e delgado muy presto es penetrado del fuego, porloqual su humidad substancial presto se consume, dedonde viene que mantenga poco, e sea de difficil distribucion, e estriña y aprieta el vientre, especial

si

ſi a dos o tres dias que ſe cozio, tampoco los panes grandes en demaſia ſon loables, porque el pan grande tiene mucha miga, e ſubtil corteza, e porque la miga es grueſſa e viſcoſa e humida engendra humores grueſſos, e ventoſidades: porloqual el tal pan mãtiene poco, es duro de digeſtion, e deſpierta la humedad de la digeſtion, e facilmente relaxa el vientre. Empero ſi ſe digere, da mucho nutrimento. Porloqual los panes que fueren ni chicos ni grandes, ſino moderados, ternã ſus operationes moderadas: entre las de los grandes y pequeños. Porque ni mantendran demaſiado, ni diminutamente.

¶CAPITVLO QVARTO
Como se deue cozer el pan, y que daños trayga el pan sin leuadura, o que no este suficientemẽte cozido.

1. de alimen. torum facul. cap. de tritico.

COMO aya muchas maneras de cozer el pan, e alguna manera dellas sea para causar enfermedad, por esso afirmemos con Galeno que los panes asasados sobre parillas, o en rescoldo, quiero dezir en ceniza caliẽte o sobre las losas ardientes del fuego todos son malos, en especial los panes llamados, subcinericos, que son cozidos debaxo de ceniza, y estos son muy peores porque la ceniza les añade malicia, e por esso dixo Isac en las particulares dietas: el pan cozido debaxo de cobertera es el peor, porque el fuego obra en vna parte sola del pan, la otra parte se que-

se queda cruda, viscosa, gruessa, dura á digestiõ, e si se come el tal pan despues de mucho tiempo, causa ventosidad, e dolor enel lado, el peor de todos es el cozido debaxo de carbones, o rescol doviuo, porque el tal pan muy presto se cueze por encima empero por de dẽtro queda crudo, e gruesso e viscoso, y mezclase con el mucha ceniza y tierra mayormente si la leña fue blanda, que se encendio presto, porque del tal pan se causaran ventosidades, e pesadumbre en los riñones, e ijares, e obscuridad en la vista, porloqual digamos con Auicena, que el pan se deue cozer en horno, y no sea de cozer a qualquier fuego, sino al manso y templado porq̃ el mucho fuego desseca e enduresce al pan por defuera, pero la miga no queda bien cozida, porque la corteza endurescida no dexa queel fuego penetre adentro Porloqual el tal pan por dos razones se deue vituperar, o porque la

13. ter. cii cap. 29.

corteza es dura, que no da nutrimento por su encendimiento, o porque la miga es gruessa e viscosa, e por esso ansi la corteza como la miga no se puede digerir, y engendra diuersos y malos humores, porque la dureza de la corteza e su intensa sequedad, engendra sangre muy seca, e aprieta el vientre, e la viscosidad y groseza de la miga engendra humores gruessos e flematicos e ayuda para desemboluer el vientre, ni mas ni menos si el fuego fuere muy débil e flaco no cueze el pan perfectamẽte, porque por su poca actiuidad no penetra adentro, e assi el pan queda crudo y lento, porloqual se ha de detener enel fuego, porque si se saca antes que se cuega, quedara viscoso e pegajoso como engrudo e difficil de digerir, e si se queda hasta que se acabe de cozer hazerse a duro seco difficil de digerir y estitico, pues luego el pan de los delicados e sossegados, es el cozido a manso e mo

e moderado fuego ygualmente, porq̃ el pan viſcoſo e grueſſo no conuiene ſi no para gente robuſta y exercitada y de fuerte calor, que lo pueda digerir, y en eſtos tales es de mucho nutrimento, ẽpero en la gente poco exercitada e holgada el tal pan ſe digere con difficultad, e deſciende tarde del eſtomago a las tripas e haze dolor enel vientre e opilacion enel higado y piedra en los riñones: como lo dixo Aliabas e Raſis enel .3. ad almãſorã ca.3. dize Quiẽ come el pã ſin leuadura cayra en ẽferme dades de grueſſos humores, porq̃ el pã ſin leuadura es grueſſo e viſcoſo e final mẽte todos cõuienẽ ſpecialmẽte Galeno enel.1. de alimẽtis, q̃ el pan ſin leuadura, es muy malo, e q̃ tiene facultad d̃ opilar y engẽdrar vẽtoſidades e crudezas, porloqual los buñuelos e hojuelas y otras coſas d̃ fruta de ſartẽ, ſon muy dañoſas opilatiuas eſpecial en viejios ſi no ſecomẽ cõ mucha miel como lo dixo Gal. lib. 5. de ſani. tuẽ. *Gal. 5. de ſanita.*

CAPITVLO

Quinto, qual ſea el mejor y mas eſcogido pan, y de ſus vtilidades y prouechos.

NO faltara quien pienſe e diga que como el pan tenga todas las condiciones que arriba dixímos, que no le falta nada para ſer bueno, pero engañar ſeya, porque el pan duro e deſecado, o el caliente rezien ſacado del horno, puede tener todas eſtas condiciones, e no es loable ni bueno, porque ſi el pan es cozido de dias, eſta ſeco e duro e liuiano, porq̃ ſe ha exalado ſu humidad viſcoſa que le hazia peſado, e por ſu ſequedad trae ſed, e ſe detiene d̃ maſiado enel eſtomago, e tarde ſe digere, e eſtrine e aprieta el eſtomago, como lo dize Auicena, empero ſi fuere caliente, rezien ſacado del horno, es pe

or que ninguno, porque como dize Aliabas. 5. Theorice. cap. 15. El pan caliente rezian sacado del fuego es peor que todos porque, se detiene mucho enel estomago, e causa sed, e como dize Razis, el pan caliente tiene mucho calor accidental, e humidad vaporosa. Por el calor accidental se causa sequia, por la humidad vaporosa, nada sobre el estomago, finalmente el pan caliente del horno, es duro de digestiõ y ventoso, humido demasiado, tardo en descendir a las tripas, como muy bien lo dixo Isac, pues luego paraque sea vtil y prouechoso, a de auer passado por el vn dia, o a lo mas largo dos, porque este tal pan tiene ansi de dentro como fuera, vna frialdad templada e no es muy grueso ni viscoso, este tal pan sera muy principal nutrimento d nuestro cuerpo, porque naturalmente es semejante a nuestra complexion, e templança: como sea caliente en segun

Halia bas. 5. Theor. cap. 15.

21. con tinentis cap. 28

Isac de et. pas.

do grado. Loqual se demuestra claramente, por esta razon. Porque como dize Iac, e segun es comun e auerigua-da sentencia de todos, el trigo es calien te en primero grado, segun su natural substãtia, e templado en humedad e sequedad, de loqual se sigue que el pan que se haze del, es caliente en segundo grado, porque adquiere del fuego adõ de se cozio, e de la sal y leuadura, vn grado mas de calor, Finalmente el buẽ pan, como lo dize Galeno, a de ser cozi do en horno, e deue ser de harina sin saluados, cozido con curiosidad, e que tenga sufficiente cantidad de sal, e de le uadura, este tal pan tiene todos estos prouechos que se digerira bien enel e-stomago, e engendrara muy pura y cla ra sangre, e por esso confortara la obra de la naturaleza, e sera muy vtil a los q̃ viuẽ en regalo y ocio, y alos q̃ tienẽ fla ca la virtud digestiua dl estomago, e a los viejos y cõualescientes d̃ ẽfermedad.

Gal. 1. de alimen.

Cap.

CAPITVLO

Sexto, en que se pone que carnes sean conuenibles para nuestro cuerpo.

ANntiguamente como escriue Galeno: los hombres eran contentos con sola la comida de Castañas y vellotas, e ansi Virgilio enel primero de las Georgicas, inuocando e dando gracias a Bacco, e Ceres, porque el vno fue inuentor del vino, y el otro del pan, dixo, &c. *Gal. 2. de alimento. facul. Vergil. 1. Geor.*

Vestro si munere tellus.
Chaoniam pingui glandem mutauit arista.

Quiso dezir o vosotros Baccus y ceres muy claras lumbreras del mũdo, q̃ cõ vuestros dones de vino e pan, la tierra desecho e mudo el vso de vellotas e castañas, dando por ellas grueſſas espigas de trigo, empero aora en nuestra edad no solamente son cõtentos con las frutas campestres, mas ni aũ tampoco cõ los manjares domesticos e delicatissimos, e muchos, porloqual no cõtentos

con el muy bueno y escogido pan inuentaron para la gula diuersos generos de carnes e animales, loqual pensamos que tuuo comiēço de muy sabios varones, no por satisfazer a la gula sino porque el cuerpo humano tomasse nutrimento conuenible e proporcional a sus miēbros, pues por cōiectura rational, hallaron e conoscieron q̄ con mas facilidad se hazia carne de carne, que no de otro qualquier manjar, loqual como hallassen, por experiencia hallaron por verdad que de la comida de carne se sigue gran confortacion para el cuerpo, porque como lo dize el Conciliador. La carne es vna cosa corporea, caliente e humida, e blanda engendrada, de la sangre, e por ende no sin causa es mantenimiento confortatiuo de los miembros, e cercano para se conuertir en sangre e nutrimento, pues como dizen Auicena y Rasis, Sobre todos los mantenimiētos mantiene

Cano. 2 Ter. ad almam cap. 9.

ne la carne con mayor firmeza, y por eſſo engorda y eſfuerça, y el miſmo Raſis dixo en otra parte, quando la carne bien ſe digere, haze buena ſangre e cõuenible, eſpecialmente ſi es de buenos animales, como es carne de puerquezuelos đ vn año, y otras. Digamos pues que enel comer de las carnes ſe a de poner mucha diligencia, paraque qualquiera ſepa eſcoger las carnes conuenibles para ſu ſaluđ, porque de las otras carnes, o nunca o raras vezes ſe deue vſar, pues no todas las carnes ſon cõuenibles para la ſalud ſino ſolamente aquellas que mantienen nueſtros cuerpos, e que ſon mas ſemejantes e propinquas a nueſtra naturaleza, como ſon las carnes de Puercos, de Carneros đ Cabritos, e otras đſta manera; como lo dize Iſac en las vniuerſales dietas, empero las carnes de los Erizos Zorras, Liebras e otras carnes de eſte jaez, no ſon ſemejantes a nueſtra naturale-

Rasis cont. Li. 23. cap. 73.

Iſac. đe vniuerſalibus. cap. 13

za mas antes el nutrimento dellas es muy malo e peſsimo, loqual ſe pareſce por ſu graue olor, e como caſi vn hedor, e por eſſo ſon carnes muy differentes de nueſtra humana complexion, pues, como dize Raſis, las carnes q̃ tienen mal olor, engendran ſangre muy peor, e por eſſo no ſe deuen comer en manera alguna, por loqual las tales carnes ſe deuen de deſechar de todos, e algunos (como ſon los q̃ ſe exercitã fuertemente) deuen dexar las carnes ſubtiles e delicadas aunque ſeá loables, Ni tampoco algunos, como ſon los regalados e holgados, deuen comer las carnes grueſas è baſtas, porque ſon difficiles de digeſtion, como lo dixo Raſis enel miſmo lugar: la carne grueſa es cõuenible a los que mucho trabajan, la delicada e ſubtil a los q̃ huelgan e viuen regaladamente: Empero quales ſean las carnes delicadas e ſub-

Raſis 3. Ad almã. cap. 9.

tiles

tiles, quales las grueſſas e baſtas, Auicena enel libro. 14. tratado .3. capitulo.21.lo teſtifica, diziendo carnes ſubtiles delicadas de facil digeſtion, ſon las de cabrito, gallina, perdiz, zorzal, que no ſean en demaſia gordas, empero las carnes grueſſas, ſon higado, coraçon baço y riñones, e inteſtinos e quajar de qualquier animal, y carnes de cabras, de vaca, de venado de qualquier animal viejo, Fuera d eſto es neceſſaria la conſideracion de muchas coſas, de parte de los animales de que pentamos vſar para nueſtra comida, conuiene a ſaber: ſi los tales animales ſon caſeros, o brauos de campo, e ſi las carnes de los del campo ſon mejores que las delos domeſticos, y de eſtos ſi ſon mejores los que ſe crian enel campo, o los que ſe crian en caſa, y ni mas ni menos, ſi los machos ſon mejores q̄ las hembras e los

Lib.14 trac. 3 cap.21.

e los caſtrados mejores que los no caſtrados,o al contrario,de parte de la edad,ſi los de leche e mas tiernos ſon mejores e mas ſanos,que los que ſon de mas edad o viejos,y de parte de la corpulencia ſi ſeran mejores los grueſſos que los magros,o los medios,o ſi ſe deuen comer aſſados o cozidos,e finalmente ſi la aues que buelan ſon mejores,que las que no buelan,e que los animales de quatropies e quanto deuen eſtar muertas antes que ſe coman,e finalmente que miembros dellos ſean mejores para comer,e que miembros no ſean tales,diremos lo todo eſto por ſus capitulos,paraque todos ſepan dicernir,lo ſaludable,de lo dañoſo para la conſeruacion de ſu ſalud.

Cap.

CAPITVLO

Septimo, si sea mejor la carne del animal domestico, que del mõtes o al cõtrario.

POR muchas razones son mejores las carnes de los animales domesticos, que no la de los brauos e mõteses como lo quiso Aliabas, diziendo: la carne de los animales monteses es peor porque engendra sangre melancolica e gruessa, e dixo Isac en las vniuersales dietas, cap. 13. Los animales domesticos son mas sabrosos e de mas nutrimento que no los monteses, sacando las Cabras monteses, porque tienẽ menos calor y mas humidad q̃ todos los demas animales monteses, y por esso son mas loables, e mas abaxo dixo Afritman los antiguos, que los animales domesticos accidentalmente son para mante

Aliaba 5. Theoric. cap 21. Isac. di vni. ca 13.

mantener poco e los monteſes accidẽ talmente para mantener mucho, porq̃ los animales domeſticos aunque ſuſtãcialmente de ſu naturaleza mantienen mucho, pero porque por ſu delicadez e ternura ſe reſuelven y exhalan preſto del calor de los miembros, ſiempre deſmenguan e vazian mas que hinchen, e anſi el que come de ellos, ſiempre buſca otro manjar para cumplir e ſatisfazer a los miembros, empero los monteſes, aunque de ſu ſuſtancia natural mantienen poco, pero porque ſon difficiles e tardos de ſe reſoluer del calor de los miembros, por eſſo ſatisfazen a los miembros deſuerte, que quien los come, no buſca otro manjar para ſatisfazer, E por eſo dixeron los antiguos, que las carnes monteſes ſon de mayor nutrimento. Pues luego tengamos eſta concluſion, que las carnes monteſes, ſon buenas para confortar

fortar los miembros, las caseras e domesticas son buenas para la conseruacion de la salud. La razon es, porque como el mismo lo asigno, los animales domesticos en comparacion de los monteses, tienen calor e sequedad mas templada por causa de la Templança del ayre. E porque tienen mas ocio, e sosiego, e por esso son sus carnes mas loables. e de mas nutrimento. Finalmente (como lo dize Galeno). Todos los animales que se apascientan en los montes, son mas calientes e secos, y el mismo dixo en otra parte. Los animales domesticos, son mas humedos que los monteses. ansi por la humidad del ayre en que viuen, como por la vida ociosa e sosegada que tienen, pero que diremos a lo que el mismo Galeno dize enel mismo lugar mas abaxo tertio de alimentis capite treze, señaladamente a-

Galen. libro de attenuãte vi ctu.

adonde

adonde dize hablando de la carne de los animales monteses. *Obidq, pluribus diebus quam domesticorum imputris seruatur caro, alimentumque exhibet minus excrementicium, eoquod a domesticis sumitur, ac proinde & nutrit valentius & succum gignit meliorem.* Pues dize, que por esso la carne d̄ los animales montesses o siluestres se cō serua mas dias sin corromperse, que la de los domesticos, cōuiene a saber por que es mas seca e calida, e que porende es su mantenimiento de menos superfluidades e de mejor mantenimiento, que no la de los domesticos, aloqual e mos de responder que Galeno no alaba en aquel lugar la carne de los animales montesses, comparandola con la de los domesticos absolutamente, si no comparandola con la carne de los domesticos, que se crian sin exercicio, e sin trabajo pues esta claro e manifiesto, que la carne de los tales animales ansi mantenidos, es mucho peor que

la

la de los monteſes, pero con todo eſſo eſta aueriguado, que la carne de los monteſes no ſe deue aprobar por buena, loqual pareſce ſer aſſi, pues dize Iſac en el meſmo lugar acotado, qualeſquier animales criados e naſcidos en lugares calientes, e ſecos, ſon mas caliẽtes e ſecos, e mas preſtos para vnirſe y aſemejarſe a los miembros, pero ſon mas duros e difficiles de digerir e penetrar por el cuerpo, porloqual ſon vituperables, porque la carne de los tales animales engendra mantenimiẽto duro e ſeco. Y mas abaxo dixo, todos los animales monteſes ſon deſſabridos, y no mantienen tambien como la de los domeſticos, excepto las de las cabras monteſes. Y el miſmo dixo en las particulares dietas, los animales monteſes ſon mas calientes y ſecos, e mas difficiles de digeſtion, y que engendran mantenimiento malo, por ſu mucho mouimiento, e trabajo, e por el mucho ca-

lor e sequedad del ayre, o puesto al sol e sin sombra Porloqual son de poco nutrimento en cãtidad y qualidad. De esto se saca por conclusion, que las carnes de los domesticos son mas aprouadas para la conseruacion de sanidad, e que adonde ay copia de animales domesticos siempre an de ser preferidos a los monteses y brauos, aunque los monteses dan mas fuerça al cuerpo.

CAPITVLO

Octauo enelqual se demuestra, qual sea mejor carne, la de los animales domesticos que se crian de contino en casa, o la de los domesticos q̃ se crian enel campo.

COnuiene en los animales que naturalmente son criados para el nutrimento

trimento del hombre, considerar los lugares en que habitan, y los pastos q̃ comen, y el ayre en que respiran, e si huelgan o trabajan mucho, cerca de las quales cosas no se a de tener poca cuenta, ni poca diligencia, si quisieremos conseruar la sanidad, porque de estas cosas suele hazerse en los animales de vna misma especie, buena o mala carne. Porque aquellos animales q̃ se crian dentro en casa en lugares quietos, con superabundante ceuo, no son aprouados, pues dize Isac enel lugar proximo acotado. Los animales que se crian dentro de las casas e aposta e a mission puesta se engordan, tienen las carnes mas viscosas e mas gruessas por lo mucho que comen, e por la groseza e corrupcion de su ceuo, por ende se digeren con dificultad e tardança, e son duras para el estomago e higado. Empero si empieçan a tomar digestion mantienen mucho,

Isac ibi dem.

e confortan los miembros, pero raras vezes acontesce que se digeran, porq̃ todos los animales que no estan vsados al exercicio, tienen e alliegã en sus cuerpos muchas superfluidades, como muy bien lo dixo Galeno enel 2. ad Glauco, lo mismo sintio enel libro intitulado, de atenuante victus ratione, adonde dize, que las palomas que viuẽ en las torres son mejores que las que viuen en las casas, e por la misma razõ el puerco montes o jauàlin es mejor q̃ el puerco casero, y añade que vniuersalmente aquellos animales de comer q̃ se exercitan e que vsan de pastos secos y enxutos e que respiran en ayres subtiles son mejores que los que no se exercitan, e que los que vsan pastos humidos, y que los que respiran en ayres gruessos, traense por exemplo los puercos caseros, los quales tienen carne de mayor nutrimento e mas copiosa que quantos animales ay, empero tras esto

Gal. Ad glau. 2. & Gale. & lib. de atte nu. vic

tienẽ

tienen en sí mucha superfluidad visco sa, ansi por el mucho ocio, como por el copioso mantenimiento del pasto humido, deloqual se deue mucho guar dar el que procura mantenimiento de licado. De aquestos dichos del Galeno parece que saco Isac lo que dixo en las particulares dietas, capitul. de los gana dos, diziendo guardense los hombres de comer animales montes que viuē en holgança, sin exercicio, y mucho mas de los domesticos o caseros, que tampoco se exercitan. Y luego pone la razon diziendo, porque en los anima- les de comer que estan acostumbra- dos a holgança y deleytes conuenibles ay poquito calor y mucha copia de hu mores frios, e superfluos los quales ha zen que falte el calor ahogandolo co- mo con el mucho azeyte se ahoga la lumbre del candil. Añadeseles tambiē malicia en sus carnes d̄ los caseros por- que como estan assi detenidos por ven-

Isac par. die ta. cap. de pecu dibus.

simi

cura no comẽ el pasto conuenible a sus complexiones, como si estuuiessen en los prados o dehesas adonde hallarian su proprio nutrimento, e tambien por esta razon son sus carnes vituperables, y este paresçer no es nuestro, sino de Isac enel libro de las vniuersales dietas cap. 14. Adonde dize todos los animales que hallan el pasto conuenible a su complexion dedonde se hartan, tienen mas sabrosa e loable carne que los que no lo hallan, quales son los domesticos e caseros. Pero qual deua ser el pasto apropriado para ellos, mas abaxo lo declara diziendo, los animales que se apascientan de pequeñas y muy menudas yerbas, son mas loables en su carne dende el principio del verano hasta el medio del estio, porque en estos tiempos hallan su apropriado e conuenible pasto. Porloqual en los tales tiempos son sus carnes mas tiernas e mas gordas e de mejor mantenimiento

miento, y deſpues dixo los Animales que pacen las extremidades, de los ramos, tienen mejor y mas loable carne dende el principio del eſtio haſta el medio del inuierno, porque dende entonces los ramos eſtan mas tiernos, e deſpues de otras coſas muchas dixo. Los animales que ſe mantienen de Ramos tiernos e hojas, ſon mejores que los que ſe crian en las caſas. E por eſſo concluye con authoridad de Hipocrates, que ſin dubda ſon mas loables e de mas liuiana carne mas facil de digeſtion, los animales criados en los campos e prados, que no los que ſe crian en las caſas. Delo-qual da dos razones, la vna es que los animales que comen poco, como ſon los que viuen en los campos, ſon mejores que los que comen e beuen mucho, quales ſon los domeſticos que ſe crian en las caſas. La otra razon es porque las carnes de los animales,

que ſiempre andan y ſe mueuen, ſon mas faciles y preſtos para la digeſtion e mas ſabroſos e cuelan mas ayna por las venas, porque con el exercicio e mouimiento, los humores ſe adelgazan e la carne ſe haze mas ligera e leue, y el calor ſe tiempla, pero los animales que viuen en ocio, y no ſe mueuen, tienen las propriedades contrarias. Porque el ocio e ſoſſiego enfria e haze las carnes peſadas e cauſa difficil e dura la digeſtion. De todo lo ſobredicho ſacamos por concluſion, que los animales domeſticos apaſcentados en los montes y en los lugares ſecos, tienen las carnes medias entre los monteſes, y los domeſticos criados en caſa, e por ende ſus carnes ſon mas loables que las de todos los demas, e ſon mas conuenibles mas perfectas para la conſeruacion de la ſalud, e para la confortacion e para la vnion e aſsimilacion de los miembros, en eſpecial ſe deuen guardar de

la con-

la continua comida de los animales criados en casa si son de humida conplexion, como son los puercos, lechones que no salen al campo, las Palomas duendas. Ansarones, Anadones, exceptos los pollos y pollas de las gallinas.

CAPITVLO

Nono Qual sea mas loable la carne delos machos o la đ las hembras o la de los castrados.

TAmbien se deue considerar el sexo de los animales, cuyas carnes se an de comer, porque la curiosidad de esto no haze poco al caso para la conseruacion de la sanidad, pues hablaudo en vniuersal, las carnes de los animales machos son mas loables que no las de las hembras, y esto por muchas razones, como lo sintio Isac en las dietas

Isac vniuer. die. cap. 41.

Isac vniuer. dieta. c. 14. vniuersales. cap. 14. diziendo, no dubdaron los antiguos phisicos, que de los animales los machos sean mas calientes e secos y de menos superfluydades, e que las hembras por contrario sean mas frias e humidas, e de mas superfluidades. Porloqual toda la carne de macho es mas loable e de mayor vtilidad y facil digestion, excepta la carne de la cabra que es mas caliente e seca en su complexion que no la del Cabron. Lo mismo dixo Rasis, la carne masculina, es mas seca que la feminina. E Auicena dixo, la carne del animal negro es mas liuiana e mas suaue, e por el semejante la carne del macho, la causa es porque es mas caliente e seca, pero la carne de la hembra es fria e humida, lo mismo dixo Aristoteles en los problemas. De esto se concluye claramente quę cęteris paribus, la carne de los machos es mejor e mas digestible e mas loable que la carne de las hembras, empero no aui-

Lib. 23 continẽtis. capitu. 203

Cano. 2 cap. de carne.

4. probematũ. Proble. 52.

endo paridad en todo, la carne de la hē
bra mas se deue escoger algunas vezes
que la del macho, como si quisiesses cō-
parar la carne de vna nouilla o ternera
a vn buey viejo y cansado, y assi as de
entender en todos los demas animales
Empero escriuamos aora de los castra
dos que sintamos de su carne, pues di-
gamos que la carne de los castrados, es
en bondad media, entre la de los ma-
chos e de las hembras, cōuiene a saber
no tā buena como la de los machos, ni
tā mala como la delas hēbras, exceptas
las carnes delos carneros castrados e de
los capones de gallos, y esta es sentētia
enel libro de las particulares dietas, a
donde dize, aunque los animales ca-
strados por su humidad sean mas seme
jantes a las hembras, empero difie-
ren enel calor, porque su calor es me-
dio entre el sexo masculino e femini-
no, porque los animales castrados tie-
nē mayor calor q̄ las hēbras y menor
que los machos, y porende son mas

digeſtibles,que las de las hembras em pero ſe a de aduertir,que eſto que dezimos de los caſtrados,deue ſe entẽder eſpecialmente de los animales de qua tro pies e no de las aues, pues algunos caſtrados de las aues ſon mas aprobados,que los machos de qualeſquier animales,pues dixo Iſac, los machos caſtrados de las aues ſon de mas proue cho para la ſalud,que todos los animales pedeſtres,e tambien que los capones de gallos ſon mas conuenientes e loables que quantas aues ay porque engendran mas loables mantenimientos e mas perfecta ſangre,e aſſi dixo el miſmo,el gallo capon es templado en todas quatro qualidades,e por eſſo es de mas nutrimẽto. Que de luego por conclusion,que los caſtrados de las aues ſon de carnes mas cõuenibles q̃ los machos no caſtrados de todos los demas animales. Empero en los animales de quatropies no es aſſi q̃ todos como cõ

Iſac particular. dice.

ſta

ſta de los dichos allegados de los authores.

CAPITVLO

Decimo, que trata qual carne ſea mejor de los animales rezien naſcidos o de los ya creſcidos, o de los viejos.

COſa es cierto muy prouechoſa e muy neceſſaria, conoſcer las edades de los animales, no ſolo para conſeruar la ſalud, empero y para conoſcer la bondad de las carnes, porque las carnes de vn miſmo animal, en vna edad ſon aprouadas y eſcogidas de los ſabios, y en otra edad ſon reprouadas e deſechadas de los miſmos, como deprauadas para la ſalud, e por eſſo ſe ha de dezir, que aunque las carnes de los animales pequeñitos de leche ſon buenas e loables, no empero es general en todos

dos, pero solamente en los animales q̃ de su complexion son secos, como lo sintio Isac en las vniuersales dietas ca. 14. pues dixo, las carnes de los animales de leche que maman, son mas humedas e mas lubricas e deleznables, e que mas relaxan el vientre, e que engẽdran sangre flemosa e mas superfluydades, sino es quando los tales animales de leche son naturalmente secos, como son las crias de las vacas o cabras, cuyas carnes son de mas loable nutrimento que todas las demas, especial las carnes de los que maman loable leche, e despues añadio, que si los animales de leche fueren humidos de su natural complexion, son muy malos, porque son humidos de dos maneras, por su natural complexion e por razõ que son rezien nascidos. E assi la humidad de su naturaleza e la de su edad se ayũtaren vno e por ende son grueſſos e viscosos, e duros de digestion, e que engen-

Isac y viuer. diet. cap. 14

engendran humores corruptos e flematicos. Porloqual la carne de los lechones e de los corderos es muy mala e mucho mas del lechon, por su poco calor natural e por su mucha humedad e viscosidad que tiene e predominio. Porloqual se deuen guardar de tal carne, pues tiene humidad por dos partes, por parte de la edad e por parte de la complexion. E assi lo que se engendra de ellos es viscoso, difficil de digestion, e desciende facilmente del estomago e difficultosamente se desmuele o resuelue del calor de los miembros, y engendra flema viscosa, en especial sino es el que mama del sexo masculino. Empero si los animales que maman son de linage de cabras o d̄ bueyes, quiero dezir cabritos o ternerras, entonces la sequedad de su natural complexion se tiempla con la humedad de su edad, e porēde son d̄ carne mas liuiana e mas conuenible para la dige-

digestion, especialmente si la tal carne es de macho, e por esta razon la carne del cabrito e del ternero es mas loable q̃ la de los lechones e corderos, el qual parescer es de Galeno, enel tercero de Alimentis capi.14. a donde dize, la carne del animal recien parido es muy humeda, y enel libro de Bono & malo succo, capi.3. dize, las carnes de los animales que crescen, son de facil digestion, excepto si se comen luego en rezië nascciendo, porque las tales carnes son llenas de superfluydades: especialmente si los tales animales rezien nascidos, son lechones o corderos. Empero la carne de los cabritos o de las terneras, que son animales mas secos, son mucho mejores, ansi para la digestion, como para el mantenimiẽto, y el mismo enel libro de Solutione continua, dize delos animales secos, los pequeños se digerẽ mas facilmente, que los grãdes, por lo qual la carne del ternerico q̃ dizen vitella

Galen. 3. de alment. cap. 14 & lib. de bono & malo. succo

Galeno de solu. contin.

tella, mas presto se digere que la del buey, e las carnes del cordero d̃ vn año son mas faciles de digerir que las d̃ los carneros viejos e que de los cabrones, E finalmente toda carne de animales secos, quando es de leche, mas ayna se digere antes que se endureſca. Pero en la carne de los animales humidos es al contrario, pues mas presto se digere quando se endureſce, que no antes. e por esso el carnero d̃ vn año mas presto, e mas velozmẽte se digere, que no la del cordero que mama, e toda carne de animal que va en augmento se digere con mas presteza que no la carne del que ya es viejo e antiguo, e por esso dixo enel segundo de temperamentis la carne del animal que nasce se haze desabrida por su mucha humedad especial si el tal animal es humedo d̃ su naturaleza, e por esso concluye Rasis, No se d̃ue comer carne mortezina ni muy flaca ni la carne de aquel animal que

Gale. 2. de ẽ peram.

D a me-

a menos que vn mes que naſcio E Iſac enel lugar acotado, de los animales ſecos los chicos poſſinos ſon mejores, ꝺ los humidos ſon mejores los ya creſcidos e mayores, Pues luego conuiene que los puercos e ganados, e animales deſta ſuerte humidos de ſu natural cõplexion, ſean ya creſcidos y jouenes, empero los ſecos que maman, ſe comã luego antes q̃ ſean ya creſcidos, dedonde ſe ſaca por concluſion, Que los animales ſecos de ſu complexion, que ya eſtan creſcidos, y en augmento como ſon los bueyes, y las cabras, tienẽ por dos partes ſequedad, por ſu edad ꝺ iuuentud e por ſu natural complexion E porende ſon ſus carnes duras de digeſtion, e que ſe deſmuelẽ o reſueluen tarde, e que dan mantenimiento ruin, Pero ſi los animales de comer ſon humidos de ſu complexion como lo ſon los puercos e ouejas, los tales quando allegã a juuẽtud ſeran buenos, porq̃ ſe tẽplara la humidad cõ la ſeq̃dad ꝺ ſu iu

uentud. Porloqual los puercos e ouejas
sõmejores quãdo son en juuẽtud o cre
scidos,empero que diremos de los ani
males antiguos e ya viejos,cierto co-
mo lo dize Isac,todos los animales vie
jos e decrepitos sõn muy malos para la
salud y muy duros de digestion,e mas
abaxo afirma,que quanto de mas años
son los animales, tãtomas secos tienẽ
los miembros e mas duros de digestiõ, *Vniue.*
e quanto menores son, tanto son sus *diet c.*
miẽbros mas delgados e mas faciles đ *32.*
digestiõ,la razõ,como lo dixo es porq̃
los animales reuegidos tienẽ muy po-
co đ calor natural,y esso poco q̃ tienen
muy aparejado a se gastar e cõsumir e
su humido radical muy cercano pa se
acabar,e porq̃ su calor natural es pa la
digestiõ,muy flaco accidentalmẽte ad
quirieron del mãtenimiẽto indigesto
e crudo vna humidad cruda e inep-
ta para la nutricion, por esso sõn
difficiles de digestion e tardos pra

para ſe deſmoler e que engendran vn mantenimiento vituperable e flemoſo. Empero ſi los tales animales viejos de ſu natural conplexion fueren calientes no ſeran tã dañoſos, mas ſi por el contrario fueren frios cauſaran vn daño muy grande, e por eſſo dixo Auẽ-
Auẽ- zor, affirman los medicos, que comer
cap. 1. carnes viejas es materia de enfermeda-
theirſi. des e Galeno, de todos los animales ſe deuen huyr los viejos, e los rezien naſcidos, porque los viejos ſon duros e indigeſtos, los otros ſon ſobremanera humedos, y por eſſo engendran muchas ſuperfluydades, eſpecialmente ſi eſtos tales animales rezien naſcidos ſon humidos de ſu complexion, como las oue jas. Pues luego ſaque ſe por concluſion que las carnes de los animales, q̃ por ſer chicos maman, ſi fueren ſecos de ſu complexion, ſe deuen comer luego, pero ſi fueren humidos ſe deuen comer quando ya ſon creſcidos en ſu iuuen-

tud

tud,e si fueren viejos sin excepcion no se deue comer.

CAPITVLO

Onze,enelqual se demuestra qual sea mejor carne en corpulencia,conuiene saber,la magra,o la gorda, o si medianamente.

PORQVE presupuesta la bondad de las carnes en quanto toca al linage de ellas e a la edad no sabemos qual sea mejor para la salud,o la gorda o la magra o la media,que ni sea gorda ni magra dezimos con Isac elqual fue vno de los que en este caso de mantenimientos mas se estendio. Que los animales de muy magra carne, son neruiosos,e tienen poca sangre,e son poco humidos,e de poco nutrimento,empero por causa de su poquita viscosidad *Isac in vniuer sa dietas.cap 14.*

e ſuperfluydad ſon faciles y preſtas de digeſtion, e prōptas para penetrar por las venas, mas q̄ las grueſſas e gordas, tābien lo quiſo ſentir Auicena, pues dixo, la carne del reuegido es mala, e la carne del adelgazado e magro, lo miſmo quiſo ſentir Galeno 3. de la facultad de los alimentos, pues dize. Las carnes de los animales magros e de edad, ſon peores. Deloqual ſe ſaca q̄ la carne de los animales magros e la d̄ los muy gordos, que con eſtudio e cuydado fueron engordados, es mala eſpecialmente la de los muy gordos, porq̄ la gordura de ſu natural propriedad es dañoſa para el eſtomago e digeſtiō, pues dixo Iſac en las particulares dietas, la compoſtura muy gorda es muy difficil d̄ digeſtion, porque preſto ſe abaxa d̄ eſto mago, humedeſce el vientre, preſto ſe corrompe, engēdra fiema viſcoſa en eſpecial ſi la tal carne es de animales humidos de ſuyo, como ſon los puercos,

Auic. 2. cap. noue. cap. de carn. Gal. 3 de alim. Iſac di etar. p.

e oue

e ouejas, pues la carne anſi gorda da haſtio, y relaxa el eſtomago, y humedeſce, y emblandeſce los nutrimentos de la digeſtion, conuiene a ſaber las fibras del eſtomago, tiene propriedad de nadar encima de los otros manjares con vierteſe en flema grueſſa e viſcoſa rebelde para la digeſtion, e cauſa vna hartura falſa como el meſmo Iſac lo dixo, e anſi dixo Auice. la carne gorda ablada Auic.
el vientre con poco mantenimiẽto, cõ vierteſe facilmẽte en vapores fumoſos y en colera, e facilmente ſe va por camara, pues luego la carne mezclada cõ gordura, no ſe ẽue comer, empero ſi la tal carne fuere apartada de la gordura aunque ſea de animal gordo, bien ſe puede comer. Porque la tal carne es mas loable e mejor que la q̃ eſta con gordura aunque fueſſe de animal magro e macilento, e la cauſa es porque no tiene gordura que pueda dañar al eſtomago, pues

pues luego el camino mas seguro es, que la carne sea media entre la gorda y la magra, porque esta tal es media en su action e passion. Loqual dixo Isac ansi, los miembros que tienen mediana-mente de gordura, son de mas facil digestion, y mas conuenibles para el estomago, y engendran buena sangre, Este mismo parescer fue de Aliabas, de todas los carnes es la mejor la que es templada, entre gorda y magra, por que causa sangre templada. Y Rasis dixo, La carne colorada sin gordura es de mas nutrimento, que la que tiene gordura engendra buena sangre e fortifica el estomago, y engendra menos de superfluydades, Pues tengamos por conclusion, que la carne para la salud sea moderada entre la gorda y la magra, y de animal crescido, no viejo ni engordado aposta en casa,

Isac vniuer dietis. cap. 14

Aliabas. 5. theori. cap. 21.

9. cap. ad almansi lib 3.

CAPITVLO

Doze, como se deuen cozer las carnes gordas, e como las magras, adonde se declara la naturaleza de las carnes assadas, e fritas e cozidas.

COmo no siempre tengamos a la mano las carnes medias entre gordas y magras, sino que vnas vezes las tengamos gordas, e otras vezes magras, por esso tengo por bien en este lugar de descreuir la manera y orden q̃ se deue tener en cozer o aparejar las tales carnes paraque conuengan a la sanidad. Digamos pues que aunque aya muchas maneras e modos de cozer e preparar las carnes, dos son las maneras principales, conuiene a saber en agua, o sobre las brasas en assador, la carne que se pone al agua y fuego se dize cozida, la que sobre las brazas en assador

dor assada, pues luego las carnes magras se deuen cozer en agua, las gordas se deuen assar, como es parescer de Isac por authoridad de Rufo, pues dixo, anssi los antiguos especialmẽte Rufo, dixeron que las carnes magras sin gordura, no se coman sino cozidas por que se rehumedezcan en la agua, y se tiemple su sequedad, e mas abaxo dixo, si las carnes se cuezen con agua y sal, paranse mas ternas e mas humedas, por razon de la agua, e mas faciles de digestion. De aqui se saca que mucho hierran los que assan la carne magra, como la de la cabra o vaca, porq̃ mas la dessecan, y quã mucho hierran los que cuezen la carne gorda humedesciendo la mas como se deua asar, e assi lo dixo Isac enel lugar allegado, loqual curaron mucho los antiguos conuiene a saber de preparar la carne muy gorda con mucha sal e assar la en mucha e fuerte brasa,, para que sus

Rufo y Isac y niuer. dietis. cap. 34

ſus humidades grueſſas e ſuperfluas ſe gaſten e ſe reduzgan a temperamento, pero ſi no fuere muy gorda, pongaſe en menor braſa. Y el miſmo dixo mas abaxo, las carnes humedas que ſon las gordas frianſe e aſſenſe e adoben ſe con coſas ſecas, paraque ſu humidad ſe deſſeque e tiemple. E por eſſo finalmente concluye, que porque la carne del puerco caſero, e la de la oueja es humida que ſe aſſe e no ſe cuega, pero la de cabra, que ſe cuega, y la del buey y que haze contra ſu ſalud el que cueze la del puerco e aſſa la de la vaca, y eſte pareſcer fue de Ariſto teles, pues dixo, No conuiene que las coſas ſecas ſe dſequẽ mas, pues luego las carnes grueſſas e humedas ſe deuen ſolamente aſſar, pero como ſe ayan de aſſar, digamos lo ſuceintamente eſpecialmente del pareſcer de

Ariſt. Libro problematũ. 20. problem. 5

Raſis

Rasis Ad. al manso lib. 3. cap. 12

Rasis que dixo, la carne assada sobre las brasas mantiene mucho, fortifica el cuerpo, mantiene con presteza, empero tarde e apenas se digere del todo, pero la carne que se pone en parrillas al horno muy mal se assa, y es mala e de poca substancia para mantener, empero no concuerda con el Isac, pues dixo el fuego de la panaderia, que es el horno, es mas blando, e mas sossegado para assar, e sera bueno, porque como esta sin llama tiene calor templado, e no deseca e assa por defuera la carne dexando lo de dẽtro crudo e por assar, como lo haze el fuego de los carbones, e mas me allego yo a esta opiniõ, pues el mismo Rasis dixo enel mismo lugar, la carne assada en assador es gruessa y de mucho nutrimento, laqual no se digere, sino en estomago robusto e caliente lo qual no prouiene sino porque lo de dentro no esta bien assado, como lo dixo Isac arriba, de esto se paresce como

Rasis y Isac vniuersa, die, cap. 19

la

la carne grueſſa puede ſer aſſada en dos maneras, e qual manera ſea mas cõuenible: Empero que ſea la naturaleza de la carne aſſada quando bien ſe digere, dixolo Haliabas d eſta manera, la carne aſſada es caliente, templada en humidad e ſequedad, de mucho nutrimento, pero retarda la digeſtion, eſpecialmente ſi la tal carne aſſada es de animales magros, porque ſi fuere de animales grueſſos, facilmente abaxara dl eſtomago, y es vtil y prouechoſa para los que trabajan, y para los varones exercitados, eſto ſintio Auicena diziendo, la carne aſſada ſobre las braſas en aſſador, ſi vna vez por vna ſe digere da mucho nutrimento, e reſtaura mucho empero lo cozido, engendra enel eſtomago blandura e terneza, ſin firmeza Sea pues la concluſion deſte capitulo que la carne magra ſe deue cozer, e la grueſſa aſſar, e ninguna carne ſe deue freir, porque la carne frita con gordu-

Haliabas. 5. Theo cap. 14

Auic. 4. pri. cap. 20.

ra

Avicen. 20. ter. trac. 1. cap. 21. ra, causa enhastio, detienese demasiado en el estomago, pues dize Auicena, lo frito impide la confortacion de la carne e la muchedumbre de su nutrimento, loqual prouiene porque no se digere en el estomago, finalmente se deue guardar el precepto d̄ Auicena que dize, qualquiera carne assada, no se cubra çabullendola, mas antes se dexe descubierta hasta que euapore, porque quando se cubre, çabullendola, hazese veneno, elqual trae muchos malos accidentes, el primero y el segundo dia e algunas vezes mata. Esto mismo sintio Rasis diziendo, si lo que se assa luego como lo apartan del fuego lo ahogan, e antes que se euapore, por vna hora lo embuelven tāras vezes que no lo dexen desabahar, o desuaporar, e se comiere desta manera, de la tal comida se causara fluxo de vientre, e ascos e vomitos, e aun acaso muchas vezes matara e faltara el sentido, por vno o

Idem, 6. cap. noue. lib. 4. tractatu 2. cap. 11.

Rasis, Lib. 8. ad alman. ca. 17.

dos

dos dias, esto es lo que sienten los antiguos de las carnes cozidas e assadas porque aprueuan ansi lo vno como lo otro, haziendo se como deue, pues ansi las carnes cozidas como las assadas, cõfortan el cuerpo, porque aunque las assadas estan secas por defuera, estan humidas por de dentro, las cozidas al reues porque estan humidas por defuera e secas por de dentro, como lo quiso Aristoteles, e lo dixo Auicena, enel canon segundo, diziendo el nutrimento de la carne assada, es seco, el de la cozida es humido. *Aristo. 4. meteorũ Auic.*

CAPITVLO

Treze, de la naturaleza de las carnes saladas, y quales carnes se deuen salar, quales no.

Muchos ay que gustan mas de carnes saladas que no de las rezientes e frescas, e assi indiferentemente hazen salar las mas carnes, ignorádo que carnes sean buenas para salar e quales no, lo qual no harian si supiessen lo q̃ dize Isac, el qual afirma que la sal haze su obra en las cosas segun las naturalezas de las cosas que padescen e no segun su propria naturaleza, dedonde prouiene que algunas vezes endurescе e otras vezes regala e reblandesce, como se ve enel calor del fuego, el qual d̃ seca el barro, reblandesce la cera, de lo qual infiere que todos los animales de carnes blandas e humidas como son los lechones e corderos de leche, e todos los animales secos e duros, como son los bueyes y puercos viejos no son buenos ni loables para salar, y despues dize q̃ las cabras e bueyes no son loables para se salar. E finalmente concluye, que los animales de carne blanda

Isac in vniuer sa. diet. cap. 18

blanda e de pocos humores, no son loables para salar, como son los puercos pequeños, el qual parescer es de Galeno que dize, los cuerpos de los animales que son conuenibles para se salar, son de todos aquellos que tienen la carne dura e llena de superfluidades, los quales tienen derramada en si vna humidad flematica, laqual humedad quanto mas fuere e mas viscosa, tanto mejor recibe la sal, empero los animales que tienen la carne blanda, o dura sin superfluydad, no son conuenibles para se salar. E affirma otrosi, que la carne dura e seca, no se puede comer salada, de los quales dichos parescer claro, el herror de aquellos que salan las carnes de los bueyes viejos, las quales como sean de suyo secas, añadiendo la sal, se tornan muy mas secas e dañosas para la sanidad prompias para engendrar melancolia, empero vengamos a

Gal. 3. de li. ca. pen.

dezir que sienten los phisicos, de la carne salada, que segun lo que emos dicho bien se puede salar, dezimos que la tal carne salada no es loable, empero no se deue vituperar tanto como la carne de los otros animales, que son secos y viejos: por que aunque por la sal se aya desecado demasiado, empero no es muy caliente respecto de su excessiua sequedad, pues dixo Isac, que la sal calienta moderadamente: e desseca excessiuamente. porque tiene dos virtudes, vna de cortar y diuidir, otra de apretar e vñir e segũ ambas operaciones desseca, lo mismo dixo Serapion en el libro de medicina mollificatiua. adonde dize q̃ la sal desseca con vna fuerte desecacion lo mismo dixo Galeno. 5. de simplicium facultatibus. Por esso dixo Auicena sabiamente, que aunque la carne salada sea al principio humida despues se haze desseccatiua, porque tiene mas se-

Isac d. 2. parti.

Gal. 5. de sim. Auic. 2. cano. c. 106.

que

quedad, que quantas carnes ay, e por esso es de poco nutrimento, e malo, lo mismo afirmo Rasis ansi, la carne salada es de poco nutrimento, porque la sal consume la humidad de la tal carne, y estriñe el vientre, especial si se echa en vinagre, E Galeno enel tercero de locis affectis dixo, Todas las cosas saladas, mayormente las carnes de los animales, aora sean monteses, aora criados en agua, aora domesticos engendran carne melancolica, de aquesto se ve quam reprouadas sean las carnes saladas de los sabios phisicos, e no solamente las carnes, empero y todas lãs demas cosas saladas, porque son muy periudiciales, para la sanidad Pues luego no se deuen comer las carnes saladas por via de mantenimiento sino por via de medicina e remedio, alguna vez pa d̃spertar la gana de comer perdida; y paraque la flema

Couti-nen. 23 c. 703

Gal. 3 de locis affect.

que esta enel estomago se alimpie e de seque, pues segun Auicena, tres son los effectos, que haze la sal o cosa salada, alimpiar, deslauar, desecar, corregir la putrefaction,

Auic. 2. cano. cap. 3.

CAPITVLO

Quinze, de las propriedades de la carne de cabrito, e de sus vtilidades.

Tiempo es para que vegamos a los particulares, o primero tratemos de los animales de quatro pies, despues de las aues, e de los de quatro pies vengan primero los domesticos, e despues los monteses, e porque entre los domesticos el cabrito tiene el primado, empecemos dende su carne, e luego diremos de la carne de la ternera, e del cor-

dero de vn año,asi como lo dixo Auicena,conuiene que el conseruador de la sanidad procure que el cibo sea tal qual es la carne del cabrito,o de la ternera o del cordero d̃ vn año, pues luego enpeçando de la carne del cabrito, diremos con Isac en las dietas vniuersales cap.14. La carne de los cabritos q̃ maman,es templada y no tiene malicia alguna.pero no conuiene a los trabajadores,aunque causa buena sangre e despues dixo,la sangre que se engendra del cabrito es media,entre la gruessa y la subtil,entre la fria y la caliente, empero declina a fria e humida. Lo qual dixo Rasis.4.de sus aforismos,la carne del cabrito es admirable fria e humida,aũque tiene cierto olor,e por esso los cabritos no se deuẽ comer grãdes,sino pequeños,e son conuenibles para la salud. Y enel libro 23. del continente cap.703. Dize la carne del cabrito es idonea para los calientes y secos,

Auic. 3.par. do.2. cap 7.

Isac dietis. vniuer cap.14

Rasi.4 affor. & 23

del cõti ca.703

por la humidad de la leche, y engendra buena sangre, e Isac enel lugar acotado, dixo, las carnes del cabrito, son las mejores de quantas ay entre los animales de quatro pies. Porloqual la sangre que se engendra dellas es mas delgada e de mas mantenimiento, e mas conuenible, para los hombres, en especial para los que salen de enfermedad. Pero las de las vitellas o terneras, engendran mas gruesa sangre, porque los bueyes son mas gruessos e mas humidos, y en las particulares dietas, Las carnes de los cabritos son conuenibles para los que tienen mala cõplexion e para los q salen de dolencia, por la bondad de su cõplexion, y en otra parte, los cabritos de leche, son mejores de todas las de mas carnes de los otros animales, en complexion, en digestion, en nutrimento en sabor, porque por parte de la leche le viene vna natural humidad que carece

Isac y niuer. cap. 14

Idem in partic.

resce de toda agudez, porque en su car
ne son templados en calor e humidad
e por esso dan vn mantenimiento del
gado e tenue, sin corrupcion, e por esso
son vtiles a los calientes e secos, que sa
len de dolencia, y quantomas remo-
tos estuuieren del dia de su nascimien-
to, mientras maman, mas loables son
e mas tiernos, por la humidad de la
leche, porque aunque sean buenos re-
zien nascidos, no empero tanto como
adelante, por la buena templança de
la leche, e assi lo quiso Galeno enel li.
bro de atenuante victu, diziendo, de
solas las carnes del cabrito, se puede v- *Auer.*
sar sin ningun recelo, e Auerroes enel *roes. 5.*
Quinto del colliget, despues que puso *coliget.*
la carne d̄ las gallinas por suprema ē
tre todas, dixo q̄ era la mejor la d̄l cabri
to ētre los animales d̄ quatro pies Pues
luego tēgase por conclusiō q̄ la carne
del cabrito es muy buena pa los holga
dos edelicados, y no pa los q̄ trabajan,

Auic. tercia primi. doct 7 cap. 2 obſeruando ſiempre el precepto de Auicena, que dize, quando el cabrito eſtuuiere frio es mejor, porque ſe reſuelue ſu vapor, empero quando el cordero eſtuuiere caliente, es mejor, porque ſu mal olor ſe quita.

CAPITVLO

Diez y ſeys, de la carne de la vitella o ternera que es de leche o de la que no es de leche.

Iſac. vniuerſa cap. 14 LA carne de la ternera es muy aprouada de los antiguos, y eſta en dos differencias porque la vna es de leche y la otra no es de leche, e aſsi la vna carne como la otra es buena e aprouada para la ſanidad, aunque no conuiene a los que ſe leuantan de doiencia como la carne del cabrito, anſi ſe vio arriba e ſegun que lo dixo Iſac, en las vniuerſales

ſales dietas,anſi las carnes de las terne
ras aunque ſean loables no ſon conue-
nibles para los conualeſcientes que ſe
leuantan de dolencia,porque ſus miẽ-
bros faltan en la digeſtion de los man-
jares grueſſos,y en las particulares die
tas dixo. Aunque la carne del ternero
no dañe a los que ſe leuantan de enfer
medad, empero es graue para ellos,
por la falta de ſu virtud digeſtiua, de
eſto ſe ſaca,que la carne de la vitella es
algo grueſſa,e que no aſi conuiene a to
dos como la del cabrito, pero a algu-
nos es conuenible la carne de la terne-
ra,de leche, como a los que ſon algo
trabajados por la poca groſeza que tie
ne,y por ſer templada,e aſi dixo Raſis,
la carne de la ternera,ſi ſe digere engẽ
dra buen nutrimẽto enel cuerpo. Pues
luego tengamos por aprouado, que la
carne de ternera e de corderos de vn
año es conuenible para los q̃ mediana
mente ſe exercitan,empero la carne d̃

Iſac y niuer. cap.14

Ra.23 conti. ca 703

la ternera o ternero que mama, ya es tanbien buena y loable annque es mas dura y difficil de digeſtion, como ſea mas grueſſa y ſeca, y anſi lo dixo Iſac enlas particulares dietas, los bezerros creſcidos menos humidos ſon que los de leche, y con mas difficultad ſe digeren, y la ſangre que ſe engẽdra de ellos no es vituperable, porque tiene fuerte calor, eſto ſe deue entender delos bezerros que no ha mucho q̃ los deſtetaron porque los demas tienen grueſſa y ſeca carne y engendran mala ſangre Finalmente concluye, que el bezerro de leche es mejor que el que no es de leche, porque por la humidad dela leche ſe tiempla ſu carne, y por eſſo dixo Auerroes 5. colliget. las carnes delas terneras o bezerros (porque como ſe hadicho, mejor ſe entiende de los machos) ſon buenas, porque no tienẽ humidad ſuperflua, como las del cordero, ni tienen frialdad como las dl buey viejo, y

Iſac diet. partti.

Auer. 5. colli.

ſon

son mas oloroſos que las demas carnes y en eſto tambien hazen ventaja a las del cabrito, porque en las carnes del cabrito ſe halla vna ſuperfluydad viſcoſa quando ſe cueze.

CAPITVLO

decimoſeptimo, adonde ſe pone como ſea mejor la carne del cordero de vn año, que no la del cordero de leche.

LAs carnes del cordero de leche tienen mucha humedad ſuperflua, y las delas ouejas viejas tienen aun mas ſuperfluydad e humidad, y ſon d mal mantenimiẽto, y por eſſo la tal carne ſe deue vituperar, como lo dixo Haliabas la carne del cordero, es de mas humedad, y mas calor, que la carne del puerco, y engendra flema, y la carne de la oueja engendra mas ſangre, lo

Helia. 5. theo rice. c. 21.

Gal. 3 de ali. lib. de euchimia.

lo miſmo quiſo Galeno, libro 3. de alimentis, libro de enchimia et cacho. ca. 4. adonde dixo, la carne del cordero es humeda e viſcoſa, e poreſſo no haze para la conſeruaciõ de la ſanidad, eſto emos dicho y entendido de los corderos de leche porque de los corderos de vn año es otro negocio pues la tal carne es loada de los ſabios, porloqual no ſe deue vituperar ſin election como algunos pienſan, ſino fueſſe quando es cercana a la leche que mamo o mas vieja, e anſi dixo Iſac en las particulares dietas, la malicia de los corderos d̃ leche, e de las ouejas viejas es grande, por ſu mucha e ſuperflua humidad, e por la mucha flema que engendran, porloqual antes que ſean digeridas en el eſtomago van abaxo por camara, empero los corderos creſcidos, aunque tengan malicia, por la humidad de la leche paſſada: empero por la razon de la ſequedad de ſu edad de iouen, ſe tiẽpla

pla la humidad pasada, porende son lo ables e faciles de digestion, y engendrá buena sangre, y en otra parte dixo, que la carne del cordero crescido de vn año es semejante a la carne humana, porque la tal carne no es humida (como algunos piensan), y el mismo Isac dixo arriba, cap. 14. La carne del cordero añal es calida, en humidad e sequedad templada, e rasis dixo que la carne del cordero añal es buena para la colera negra o melancholia, especial si son castrones, y en otra parte dixo la carne del cordero añal en digestion e nutrimento, no es inferior a las carnes de quantos animales ay, E Aueroes v. colliget, Dixo despues de la carne del cabrito, tiene segundo lugar el cordero añal en bondad pero a se de aduertir que los tales corderos apacentados en lugares secos e calientes, como en los montes en tiempo de estio, son mejores, aunque sean de leche, q̄ los

Ibidem viuer dietis. cap. 13

Ibidem cap. 14

Ra. 23 Con. c. 7. 3. Anner 5. col.

que los corderos añales criados en lugares humidos, en especial si se assan a carbones, y buena brasa, y se aparejan con sal, de dõde se sigue y tiene por cierto, que los corderos del mes de Hebrero son muy malos, lo vno por ser rezien nascidos, lo otro por ser nascidos en tiempo humido, y en lugares humidos. Porque en tal tiempo descienden los pastores de los montes a los lugares humidos, como es a las viñas y plantas, lo otro porque los pastores engordan los corderos aposta, para que peçan mas con harina de linueso. Pero segun Auicena, deue se comer la carne del cordero caliente actualmẽte por que se resuelue su mal olor.

CAPITVLO

diez y ocho, de q̃ naturaleza ſea la carne de puerco, y de ſu vtilidad y mantenimiento.

TOdos los antiguos concedieron, q̃ la carne del puerco esla mas humida de quantas ay, y mas fria que muchas, y de loable mantenimiento, con tal que ni ſea de puerco viejo, ni de lechon que mama, como lo dixo Iſac enlas dietas particulares, Los ganados eſpecial de ouejas ſon menos humidos que los puercos, porque los puercos ſon mas frios y humidos de quantos animales ay, de ſuerte que en ſu cõparacion ſean los puercos monteſes ſecos, y porende de menor nutrimento, En otra parte, dixo, la carne del puerco domeſtico es menos caliente que las demas carnes, y mas humeda que ninguna, en tanto grado, que

Iſac de etis par ti.

que los antiguos la compararon al a-
zeyte onfancino, por ſu mucha frial-
Gal. 2. de tem. dad, Lo miſmo ſintio Galeno enel .2. d̄
temperamentis, adonde dixo, las car-
nes de los porquezuelos e corderos ſō
las mas humidas de quantas ay, e no
conuienen en toda edad, ſino ſolamen
te quando tienen mas calor, qual es en
ſu juuētud, e anſi lo dixo Iſac en la miſ
ma parte, los animales que de ſu natu-
ral ſon humidos, quando eſtuuierē en
ſu edad perfecta de juuentud, ſu humi-
dad ſe tiempla con la ſequedad de la
edad, y exēplifica en los puercos e cor-
deros, los quales ſon mejores que los
bueyes, quando ſon creſcidos, pues co
mo dixo Iſac, las carnes de los puercos
creſcidos en ſu juuentud, engendran
buena ſangre, e ſon loables, pero las de
leche ſon malas acreſcientan putrefac-
ciō e corrupciō, engendrā flema grueſ-
ſa, e ſi hallan el eſtomago con vicioſos
humores, los acreſcientan e mas dañā,

por

porende son prestas a engendrar piedra de riñones, y gota artetica, y ciatica, y perlesia, y apoplexia, Pues luego la carne de los puercos sea de los que son crescidos jouenes, por q̃ aunque la tal carne sea dura de digestion y tarda para passar por las venas y gruessa, empero es de mucho nutrimento, como lo dixo Galeno ẽnel methodo, finalmente dixeron Auerroes y Haliabas, que la carne del puerco jouen es de las carnes la mejor y de mas nutrimento y mas semejante y conuenible alos hombres, y por esso dixo Galeno, q̃ comiendo cierto hombre carne d̃ hombre por de puerco no hallo differencia alguna en sabor ni en color, lo qual es señal que es muy semejante a la humana, y Auicena dixo que huuo algunos que vendieron carne de hõbre por de puerco y fue occulto hasta que vierõ los dedos dela mano, y en otra parte dixo, la carne del puerco montes y casero, se-

Auer. 5. colli get.

nota.

Auic. 2. can. c.604.

gun lo q̃ se dize, es de presta digestiõ y de firme nutrimento viscoso y gruesso y dixo, segun lo que se dize, porque el no lo comio por ser prohibido en su ley, y Galeno alabo mucho las carnes del puerco, porque dixo enel. 3. de alimentis cap. 1. de todas las comidas no ay cosa de mayor nutrimento que la carne del puerco y enlo de bono & malo succo cap. 3. dixo, es la carne del puerco para comer la mejor de todos los animales de quatro pies, pero a se de cõsiderar, que aunque tanto sea alabada enlos authores la carne del puerco, empero es de mantenimiento gruesso y viscoso, y que no es conuenible para los que huelgan, y por esso se deue vsar tal carne con moderacion, y mas en tiempo de ynuierno, que en otro ninguno, y mas del puerco syluestre jaualin, que no del casero, pues dixo Auicena, dizen los christianos, y los que los imitan que la mejor de las carnes

Gal. 3. de ali. Idẽ ti tu. de euchim

nes

nes es la del puerco montes, por que fuera de que es mas ligera que la carne del puerco casero, es de fuerte nutrimento y demas mantenimiento, y de presta digestion, y es la mejor que se puede comer enel ynuierno, porque en tal tiempo la virtud digestiua esta mas fuerte, como lo dixo Hyppocras enel primero delos Aphorismos, ventres hyeme & vere. &c. Pues luego todos los que hazen exercicio no escojan otra carne sino la del puerco, empero los ociosos y que huelgan y estan assentados guardense de ella en especial dela del puerco casero que no salio al campo y se engordo aposta en casa especial es dañosa alos asmaticos y tossigosos como lo dixo Hippocrates ẽ el 1. ẽdias epidemias, y dize se delos pulmones del puerco montes que aprouechã mucho a los que beuen mucho y se enbriagan porque comiendolos no se enbeudaran, otros dizenq̃ tomãdo se en

Auic. 2. can. cap. eo

Hipp. 1. aph. parte 15

poluo y beuidos cõ agua en vn vaſo hecho de cera quitan la borrachez, como lo trae Ioan Vrſino.

Vrſino.

CAPITVLO

19 De la naturaleza delas carnes de los caſtrados, y quales dellas ſean mas loables.

24. cõtinen. c. 703. DIze Raſis hablãdo de los caſtrados la carne delos caſtrados anſi d̃ carneros como de cabrones es loable por que humedeſce, y es dulce y de calor moderado, empero ſi ſe enuejecẽ es mala y engendra melancolia y grueſſa ſangre, lo qual dixo Iſac enlas particulares dietas anſi, los carneros en ſu edad florida ſon de menor humedad y viſcoſidad que los corderos, por la ſequedad de ſu edad que es ſobre ſu complexion y por

Iſac par. die

y por esso su carne es mejor que las de las ouejas, y los corderos, la qual si fuere digerida engẽdra buena sangre, porque su complexion es templada en calor y humidad, especialmente si es de carneros de edad florida, porende es de buen sabor, si la tal carne no es de carnero reuegido. Porque aunque sea castrado es muy malo en su carne por el deffecto de calor natural, el qual calor falta enellos por dos causas, por su edad mucha, y por la falta delas turmas o testiculos, y por esso concluye que el cordero añal es mediano entre el cordero que mama y entre el carnero de edad florida, porque ni tiene tanta humidad como el de leche, ni tanta sequedad como el carnero ya hecho, y por esso es mejor q̃ los demas carneros, y mas facil de digestion, porque engendra vna sangre de substãcia moderada, especialmente es vtil para los hombres mancebos de caliente y seca complexiõ, y

para los qne habitan en region feme-
jante, lo qual entiende Isac de ganado
ouejuno castrado, pues este tal ganado
es mas humedo que el cabruno, aunq̃
sea castrado, lo qual se paresce por el
mismo enlas vniuersales dietas cap. 13.
y. 5. adonde dize. La carne del cabrõ es
tenida por carne de animal reuegido,
y Auerroes enel, 5. de su colliget, en-
comienda las carnes de los castrados,
pues despues delas carnes del cordero
y otras loables carnes que auia conta-
do, dize, q̃ es la carne delos carneros y
esta es la opinion dela mayor parte de
los phisicos excepto d̃l Galeno, el qual
vituperá las carnes del carnero, esto de
zia Auerroes; pero esta opinion leuan-
tosela al Galeno pues sintio lo cõtrario
como claramẽte paresce enel, 3 de ali-
mentis. c. 1. adonde dize, la carne delos
carneros castrados es mejor que la de-
las ouejas y cabras, pero la carne delos
carneros antiguos y viejos es muy ma

Idẽ vniuers. diet. c. 13. e. 5. Auer. 5. col.

Gal 3. de alim cap 1.

la,

la,y tabiē q̄ los cabrones caſtrados den de cabritos ſi fueren de edad florida tabien ſon approuados, e Iſac enlas particulares,dixo,los cabritos ya creſcidos de edad florida caſtrados ſon mejores q̄ los q̄ no eſtā caſtrados,porq̄ ſu carne no es de tanta agudez, yſu ſequedad es templada, y por eſſo es mas ſabroſa y mas facil de digerir,porque ſi fuere delos que no eſtā caſtrados y ſon grandes ſera vituperable inhabil para la digeſtion y mantenimiento, pero ſi el tal cabrito fuere creſcido y caſtrado,o de leche ſera bueno, por que en el caſtrado deſminuyeſſe ſu agudez, y ſu carne ſe humedeſce y adelgaza, y ſe haze mas ſabroſa,deueſe tābiē de aduertir,q̄ cōparādo la carnedel cabron con la del carnero, ſuppueſto que el vno y otro ſeā caſtrados y deygualdad en edad gordura,a ſe d̄ reſpōder q̄ es la mejor la d̄l carnero porq̄ ſi el carnero por caſtrar es mejor q̄ el cabrō por caſ

Iſac diet. parti.

trar tambien el meſmo caſtrado ſera mejor que el otro caſtrado, y anſi dixo Auicena la carne cabruna es ſeca y demas difficil digeſtiõ quela ouejuna. De aqui ſe infiere que las carnes de los animales florentes en edad ſon mas loables que las delos caſtrados, como pareſce delo dicho.

Auic. cap. 2.

CAPITVLO

20. Dela carne de bueyes y vacas.

Auic. 14. de vniuerſa dieta.

COmo lo dize Iſac, la carne dlos bueyes e vacas es fria y ſeca, y no es de marauillar pues es delos animales grandes terrenos, y porende en compa racion dela delos animales menores q̃ ſon ouejas, cabras, y puercos, es muy ſeca, y mas ſeca que la carne de cabra, y por eſſo dixo en otra parte, q̃ la tal carne de bueyes cauſa ſangre melãcolica y grueſſa y mucho nutrimẽto rebelde para la digeſtiõ tarde ſe deſpide del eſtomago,

mago, y dificultosamẽte se desmuele en los miẽbros, aprieta el vientre, y si los q̃ la comen son melancolicos, crian baço padescen quartanas, corrõpense les sus cõplexiones, y caen en hidropesia, e algunas vezes seles engendra dela tal comida cãcer, lepra, y por esso dize el mismo Isac, o quãtos daños trae la carne dela vaca, y tantos mas quãto mas fuere vieja, engendra melancolia es difficil de digestion, porque es muy seca de su cõplexion, especialmente trae estos daños enlos cuerpos melancolicos. Y es muy mala para los q̃ tienen tosse y ruptura enlos pulmones porque como dize el Galeno sobre el sexto delas epidemias com. 4. no solo daña alos vasos rompidos delos pulmones empero haze y causa daño en los instrumentos de la respiracion aunque esten buenos, porque causa tension y calor y ventosidad, ansi lo dixo el mesmo Hyppocrates enel texto, por que entre las cosas *Gal. 6. epide. com. 4*

que dañauan alos que padeſciã aſmas con la vaca, diziendo. In his interdicere allium, porcinam, ouinam, & bubulam carnem in his difficulter ſpirantibus clamore & iracundia eſt abſtinendum. La delos viejos bueyes es abhominable d naturaleza de madera reſiſtente ala digeſtion, muy ſeca, y por eſſo ni da ſabor ni nutrimento, y dixo Galeno en el primero d alimentis, que ſiendo los bueyes de edad florida ſon no d poco mãçonimiento, empero gruеſſo y engendran ſangre muy mas gruеſſa delo que conuiene, y ſi el que las come fuere melancolico acarrear le han alguna enfermedad de melancolia, de aqui ſe pareſce quan mala ſea la carne de la vaca, o buey, aun que ſea el vſo en contrario, pues la mayor parte de los hombres comen ſus carnes en eſtas tierras, por ignorar ſu gran malicia. Guarden ſe pues todos de eſtas carnes, en eſpecial los melancolicos,

Galen. 1. de alimẽ. c. 1

licos, porque aunque delas vacas crescidas y de buena edad, se engendre mucho mantenimiento es gruesso negro no lo coman, sino los que mucho trabajan y se exercitan, esto dixo Auicena secunda primi, capit. vigesimo quinto, esto dixo Rasis, libro vigesimo tertio, continentis, ca. 73. esto Galeno enlos libros de alimentis.

CAPITVLO

21. Dela carne delasliebres, conejos y zorros.

PVes ya emos tractado dela naturaleza delas carnes dlos animales domesticos, tratemos aora dela de los mõteses, y vẽgamos primero a las liebres tan buscadas por caça dlos mas nobles como mãtenimiẽto muy suaue, no del parescer delos sabidos, pues dixo Isac, las carnes dlas liebres, y dla zorra y de

Isac vniuer. diet. c. 13.

de otros animales de esta suerte, no sõ semejãtes a la naturaleza humana, mas por contrario son de muy mal nutrimento, lo qual se paresce por la grauedad de su olor, e por su hedor, y en otra parte dixo La liebre es seca engẽdra sãgre gruesa, por esso es conuenible a los que quieren mudar su complexion en caliente e seca, y contraria a los delicados e holgados, y a los que comen mãjares delicados, lo mismo dixõ Galeno en el libro de attenuante victu, e Rasis dixo, q̃ella y las de mas animalias mõtesinas engendran melancolia, empero aum que Rasis dize, que las carnes dlas liebres se deuen adobar con especias e cosas aromaticas para adelgazar el mãtenimiento grueso que dan, lo contrario hallan los monteros por esperiẽcia, por que como sea carne seca y exercitada mejor se prepara con cosas humedas, De los conejos no tengo que dezir sino que son de la misma naturaleza de

Galli. de attenuante victu. Rasis 25. cõtinen. ca. 1.

nejos

las

las liebres, en effecto son liebres pequeñas de debaxo de la tierra, empero su carne es mejor que la dela liebre, y demas facil digestion, no hallo quien hable della sino Platina que dize esto mismo, y Galeno enel tercero de alimẽtis, a donde dize, que en vnos lugares se hallan todos linajes de animales, ansi como en España, a donde se halla vn animal semejante a liebres pequeñas que llaman conejo, y abaxo dize, que de estos tales animales liebres y conejos, los que fueren mas gordos son mejores, y los que no lo fueren son peores, lo qual se halla por esperiencia. Esto es lo que dize Galeno. De las zorras dize en el mismo libro, que en el otoño por vẽdimias es buena su carne porque se hartan de huuas, pero como sea animal q̃ no se come no ay que tractar del, empero enlos cuajos de las liebres se esperimẽta tãta virtud y enla matriz que tomando se hechos poluos quitan

Platina. Gale. Cadd. alimen. capi. 1.

las

las camaras y pueſtos ſobre los oydos quitan el dolor y que con ſu ſangre ſe quitan las manchas de la cara como lo dizen Gal.e Auic.y el ſexto Pitagorico.

CAPITVLO

22.d la carne del Cieruo de la Gama e Cabramontes.

Aunque algunos medicos en ſus cõſejos, como veo, alabã la carne de los Cieruos e Gamas empero no es cõforme ſino muy cõtrario de lo que los antiguos eſcriuieron della, por que ſi ellos lo expirimentaſen e leyeſſen a los antigos, no ſe arrojarian anſi a hablar. Pues dize Raſis las carnes delos animales que van a viejos es de dificil digeſtion e de mal mantenimiento, e la carne del Cieruo no es de menor malicia

Raſis 23.cõtinent capit. 703.

conuie-

conuiene aſaber q̃ la de la Vaca e cabra e liebre, pues en malicia de mantenimiento, e de dificultad en la digeſtion no es menos, malicioſa, e deſpues dize la carne del Cieruo engendra ſangre melancolica, y es de difficil digeſtion empero mucho ayuda a ſu digeſtion, el trauajo y exercicio antes de comer la, e deſpues de auerla comido anden vn poco y duerman ſobre el lado yzquierdo, eſte pareſcer fue tan bien de Galeno, pues en el libro de attenuante victu dixo, deſpues de la carne de los aſnos viene la de los Cieruos, por lo qual ſe deuen guardar de comerlos, e Auicena dixo la carne de Vaca, de Cieruo, de cabras monteſes, e de aues grãdes, hazen venir quartanas, e Iſac dixo que la carne de los cieruos engendra melencolia. Pero mejor es la de leche tras eſta la de los ya crecidos, empero la de los bueyes es abominable, con todo eſſo, ſi los ya jouenes fueren caſtrados ſeran meſores, por que ſu calor e ſe

Gale. lib. de victu attenu. Auic. 2. can. capitu. 146.

quedad se tiempla por la castradura, pero no los han sino los señores y grandes, porque los crian dentro en sus vergeles, por lo qual, estos tales se dirā domesticos, y su carne sera loable si como digo, fueren chicos, o ya algo crescidos porque seles acrescentara doblada humedad, vna del ocio y sossiego que an tenido enlos vergeles, y otra dela edad la qual se templara cōla mucha sequedad de su complexion. Empero aqui a ora no tractamos sino de los mōteses. Empero dela carne dela cabra montes dezimos, que es la mas approbada entre las carnes d̄ todos los animales mōteses, y ansi lo dixo Isac, enlas vniuer, dietas. cap. 13. con autoridad del Galeno los animales monteses no son tā sabrosos, como los domesticos, fuera d̄las cabras, las quales como sean mōteses son mas sabrosas y mas loables y d̄mas nutrimento, porque de su mucho mouimiento y trabajo, se buelue su sangre

Isac. dietis vni. c. 13.

muy

muy ſubtil y ſu cuerpo ſe haze mas raro y ſus poros ſe abren mas, y ſus humores, los quales ſon cauſa de vn graue olor que tienen, ſe diſſueluen, y deſpues añadio, las animalias domeſticas ſon mas ſabroſas y de mas nutrimento que las monteſas, exceptos los cabrones o cabras monteſes, y Raſis tertio ad Almanſorem cap. 9. dixo, la carne del Gazen que es cabra monteſa ſe tiene por mejor entre las carnes monteſes y la ſangre que de ella ſe engẽdra careſce de ſuperfluydad, empero declina a melãcolica por ſu ſequedad. Pues luego quede por concluſion, que la carne dela cabra montes es la mejor, empero que abſolutamente no es loable, porque es melãcolica como todas las demas carnes monteſes, y por eſto manda Raſis. 4. aphoriſmorum, que ſe cuega con azeyte, y anſi ſe quita mucha parte d̃ ſu ſequedad, y ſe haze muy deleytoſa de comer y es cõuenible pa-

Reſis. 3 ad Al man. cap. 9.

Raſis 4. aph.

ra la perlesia fria, y Auicena dize en el
Auic. 2.can. 2.canon.la carne del Gazel que es cabra montes, es mejor de las montesas, aunque declina a melancolia,y por esso la adereçamos con cosas humidas. Empero de la Gama que es el Corço, no diremos mas de que es de la misma naturaleza que la cabra montes,como lo escriue Platina, y della dixo Rasis.
Rasis 23.cõti.703. 23.continentes.capit. 703. de la carne del Corço se engendra sangre cercana a melancolia, empero es mas loable que la del cieruo y dela vaca, y dize se que su carne dela cabra montes o sus sesos dados a comer al niño, antes que mame le preserua de alferezia como lo trae Ioan Vrsino del sexto Pytagorico, y Plinio aunque el Plinio dixo aprouechar para qualquiera en la gota coral..

CAPITVLO

23. Dela carue del Erizo.

PAreſce de lo dicho, y delo que ſe dize, que mientra las carnes ſon mas ſemejãtes ala naturaleza humana ſon mejores y mas conuenibles, digo lo, porque Iſac enel capit. 13. de las dietas vniuerſales dixo, que por eſſo la carne del Erizo es de malino nutrimento, porque es muy deſſemejante y muy diferente de nueſtra complexion, y por ende no ſe deue comer por via de nutrimento, ſino por via de medicina algunas vezes, pues el miſmo dize en el libro de las particulares dietas, que la carne del Erizo tiene virtud y fuerça de enſoluer y deſſecar, en eſpecial conforta el eſtomago, relaxa el vientre, prouoca vrina, es vtil a los que eſtã prõptos a padeſcer lepra, lo miſmo qui eſſo Serapion en el proprio capitulo del erizo

Iſac vniuer diet, c. 13.

Serap. c. de erizo.

erizo,a donde dixo, quando el erizo se desfleca de suerte q̃ se puede hazer poluos que se beuen,conuiene a los leprosos y alos que tienen mala y corrupta complexion que predomina en sus cuerpos,conuiene a espasmo,a dolencias de riñones, a hidropicos lo mismo quiso Auicena a donde tambien dixo,que *Auic.* la carne salada del erizo conuiene a p- *15.ter.* lesia y espasmo y a todas las enferme- *cap.6.* dades delos nieruos, y ala lepra, por la *Rasis* fortaleza grande de desecar y resoluer, *lib.23.* lo mismo dixo Rasis,por authoridad d̃ *cõtinn.* Bimasur, la carne del erizo conuiene *c.190.* aptificos, lepra,spasmo, dolor de riñones,en especial si se d̃sfleca yse haze poluora y se beue. Y dixo mas que el erizo montes es admirable para ensoluer lãparones y ñudos cirrosos y nieruos y su ceniza vale mucho para el que se vrina enla cama,por donde se saca por conclusion,que es bueno por via de remedio curatiuo, y no por via de mantenimien

tenimiento, porque o no mantienē na da o muy poco, las carnes de camellos de leones, de oſſos, de onças, de aſnos, cauallos, todas ſon malas, difficiles de digeſtion, melancolicas, aunque algunas dellas ſon medicinales. La carne del camello caliēte y ſeca, prouoca vrina, empero de eſtas carnes, la del aſno es de mas delgado mantenimiento, y deſpues la del camello, la del camello es peor q̄ ningnna. Lo qual ſintio Galeno enel libro de attenuāte victu, c. 8. *Gale. libr. de attenu. capi. 8.*

CAPITVLO

24. Dela comparaciō delos animales quadrupedes, con las aues, y qual ſea entre ellas mejor carne, y algunos notables delas aues.

PVes ya emos tractado delos animales quadrupedes tractaremos delas

Isac. vniner sali. dietis c. 16

aues, y primero delas domesticas, y despues delas monteses, pues luego haziẽdo cõparacion entre los animales quadrupedes de quienes emos tractado, y entre las aues, diremos por autoridad đ Isac, cõparando en cõmũ las aues cõlas animalias de quatro pies. Las aues son đ menos nutrimẽto, pero mas đlgado y subtil y mas facil, lo mismo dixo en las particulares dietas ansi. Los animales volatiles tienẽ en comũ carne mas ligera q̃ quãtas ay, y son mas faciles đ digestiõ q̃ los de quatro pies, ꝑo no mã tienẽ tãto, y tãbien Rasis dixo, La carne đlas aues es đ poco mãtenimiẽto đ presta digestiõ en cõparaciõ đ los otros animales, y mas obaxo dixo, la carne đlas aues es đ mas fuerte seq̃dad q̃ todas las otras carnes, y Gal. 3. đ alim. c. 18. dixo. Toda carne de aues es de menor mãtenimiẽto si se cõpara cõ la delas otras animalias, especial si se cõpara cõ la del puerco, porq̃ no ay carne đ tãto mãtenimiẽto

Rasis cõtin. lib. 33. c. 703. Gal. 3. ali. c 18

nimiẽto como esta, empo la carne đlas aues es de mas facil digestiõ, especial đ las ꝑdizes, faysanes, palomas, gallinas, zorzales, ficedulas, y de otras aues peq̃ñas, la razon es, porq̃ la carne delas aues es de mayor seq̃dad, como lo testifica Auice. y declara, que la carne de las aues aora sea assada, aora no, restriñe el viẽtre, Finalmẽte, todas las aues son de menos humidad q̃ las otras animalias, en especial las ꝑdizes, tortolas, starnas, porq̃ estas son menos humidas q̃ ningunas, y por ende mas magras. Por lo qual se han de comer quando estuuieren gordas, Epot esso tengamos esta regla, que es necessaria, Todas las aues q̃ son secas y magras de suyo, se deuẽ comer quãdo estuuierẽ gordas, todas las aues q̃ đ suyo son gordas y humidas se deuẽ comer quãdo estuuierẽ magras, y este parescer es de Isac enlas dietas vniuersales capitu. 16. por que la magrez corrige su humidad, y tiẽpla su cõple-

Auic. 2. can. c. 146.

Isac diet. vniuer, cap. 16.

xion,empero comparãdo las aues mõ teſes con las domeſticas,las mõteſes ſõ menos humedas de mas facil digeſtiõ tienen carne mas tierna por ſu raridad de miembros e por la ſequedad e ſubti leza de los ayres que gozã,lo contrario emos de dezir de las aues domeſticas empero eſtas mas mantienen e ſõ mas templadas y engendran mejor ſangre por ſu humedad que tienẽ templada e por ſu moderado trabajo,pero las aues domeſticas que biuen en los cãpos ſon muy mejores q̃ las q̃ biuen en las caſas por que no comẽ mas ceuo de lo q̃ les baſta e por que ſe exercitan e mueuen mas,y es doctrina de Iſac en los luga-res acotados.Finalmente ſe tenga por regla general que las aues domeſticas en caſa engordadas cõ cuydado e no e-xercitadas no ſõ conuenibles para la ſa-nidad en eſpecial ſi las tales aues ſon hu medas de ſu natural conplexion, co-mo ſon las anades, empero ſi las tales

aues

aues fueren ſecas de ſu natural deuenſe de engordar con cuydado, e anſi dixo Iſac in vniuerſa, dietis, capitulo. 116. las aues que de ſuyo ſon ſecas no ſe deuen comer ſin que primero ſe engorden en caſa con cuydado, lo miſmo ſe deue entender de las que ſon calidas como ſon las perdizes, e tortolas, deueſe tambien de aduertir, que las aues en eſpecial las humedas no ſe deuen comer muy chicas e cercanas a ſu naſcimiento, ni viejas, ſi no ya creſcidas de ſu natural, an ſe de comer luego ſi endo pequeñas. A ſe tambien de tener por regla neceſaria para la ſanidad, que no ſe coman las aues luego como fuerē muertas, eſpecial ſi de ſuyo ſon duras o mōteſes, pero deſpues de muertas ſe an de eſtar anſi vno o dos dias, por que ſe paren tiernas e manidas, eſpecialmente ſi las tales aues ſon monteſas, de lo qual Iſac limito tiempo diziendo que ſi fuere inuierno eſtan muertas de

Iſac dietis vni. c. 16.

Iſac. dietis vniu. cap. 16

vn

vn dia antes, si fuere estio, basta que las que sean de cenar estē muertas por la mañana, esto se entienda si las aues fueren mōteses o de agua, o duras por que si son tiernas y humidas de suyo, como son los pollos, no hā menester estar manidos tanto tiempo.

CAPITVLO 24. Delas gallinas y sus crias y capones.

TOdos los mas authores antiguos conuienen, en que los pollos de las gallinas son de mas loable y saludable carne de quantas ay, y ni mas ni menos dela gallina, especial dela que aun no ha empeçado a poner hueuos, y an si lo dixo Auicena. 2. canon. capit. 293. dlos pollos o gallos es el mejor el que aun no canta ya, sino que empieça

Auic. 2. can. c. 293.

a cantar, y de las gallinas la que aun no ha pueſto hueuos, la cauſa es porq̃ la carne de las tales aues es templada y demas leue y facil digeſtion de quantas aues ay, engendra loable ſangre cõ forta el apetito, es couuenible a todas edades y complexiones, como lo dize Iſac, capit. 16. de ſus dietas vniuerſales, Mas dize Auicena eñl miſmo lugar, q̃ la carne delas pollas aumenta el entendimiento. Y por eſſo dixo Auerroes. 5. colliget, que la carne delas gallinas nueuas es la mejor de todas las aues, y tiene admirable propriedad en templar el calor, y por eſſo ſu potaje es muy bueno pa los leproſos, y tiene ſe por creydo q̃ los ſeſos aumẽtã la ſubſtancia del celebro, y aguzan el ingenio. Empero dize Iſac enlas particulares, que la gallina nueua es menos humida que los pollos, y por eſſo en comparaciõ de ellos es mas difficil de digeſtiõ, pero de mas mantenimiento deue, ſe entender

Iſac diet. y niuer. cap. 16. Auer. 5. colli.

que

que no sea gallina vieja, ni moy gorda, De aqui se concluye, que la gallina es mas seca que los pollos, y por esso estriñe el vientre. Lo contrario es delos pollos, porque ablandan y humedescen, Empero de los capones dezimos, segũ Isac enel mismo lugar, q̃ son mejores q̃ las gallinas y pollos, y đmas loable mãtenimiento, porque es templado en todas quatro qualidades, y dixo Isac, las mejores delas aues son las castradas los capones, porque engendran mejor sangre y prouocã a luxuria, esto dixo de ellos Isac en sus particulares e vniuersales. Delas gallinas dize Antonio gazio, que si se capan que son admirable mantenimiento, y que se capan como capones, y dize de autoridad de Galeno enel libro de semine, ser estoverdad pero del gallo, dize Isac enlas particulares, que si es de media edad jouẽ es mas duro de digerir y demas humedad que la gallina tarda de penetrar por las venas

Gal. de semine libr. 1. vbi dicit, fœmina, excisis testibus mari castrato simi is cundit.

nas,y mucho mas si fuere viejo. E dixo mas el gallo es demas calor que la gallina,y en su vejez adquierevna salebrosidad,por esso es solutiuo de vientre, y su carne es incisiua,y dixo Galeno,que los gallos viejos cozidos mucho con sal,cominos,eneldo, puerros, açafran, quitan las flemas,aprouechan ala colica,y al dolor del estomago, a ventosidad gruessa. Pues luego los gallos son difficiles de digestion, porque son priuados de su humedad,y por la salebrosidad que tienē engendran corrupciō. Empero su celebro comido dize, se aprouechar contra la mordedura de la biuora si se toma con agua enuinagragrada y pimienta,ansi lo dixo Ioan Vrsino en su Prosopopeia.

Is cerebrum quærat quem læsit vipera morsu.
Hunc tamen accedat posca vel acre piper.

CAP.

CAPITVLO

25. Delos anadones y anſarones.

Auic. con. 2. tra. 2. cap. 42

EL anade, ſegun dize Auiceena. es la aue mas caliente de quantas domeſticas ay, ẽpero de tal modo eſcalienta lo enfriado que trae a calentura y abaxo dixo, q̃ ſu carne ſe detiene en el eſtomago, y es peſada, eſpecial la carne del anſaron, pero ſus alas ſon ligeras de digeſtion, y quãdo la carne de eſtas aues ſe digere da mucho mantenimiẽto, lo miſmo dixo *Serapion*, por authoridad de Galen. diziendo, La carne del anadon calienta mucho, e dize tambien que tiene mucha humidad, y por eſſo es graue y peſada, pero aclara el color. y la voz, y engorda y haze acrẽto en el eſperma, engendra ventoſidades, y porque es blanda y vntuoſa, es graue para el eſtomago, da ſuerça al cuerpo, la cauſa d̃ todo eſto es porque es muy humida a predominio, y dixo Iſac en las dietas vniuerſales capit. 16. el anadon, y anſaron, y abeſtruz, ſõ aues mas humedas que quantas ay, eſpecial ſi ſe criã en caſa, y por eſſo ſon duros de digeſtion, y mucho mas ſi ſe crian en lagunas, y por eſſo ſon dañoſas al eſtomago y agrauan, y cauſan putrefacion, por la mucha y ſuperflua humidad. Empero otra coſa ſe ha de dezir, de ſus alas, porque ſon faciles de digeſtion por ſu mucho mouimiento, y anſi en los ganſos, anadones no ſe deuen comer ſino las alas, y el peſcueço, porque toda la otra carne, aunque ſea de mucho mantenimiento, es mala, como lo quiſo Auicena, tercia primi doctrina. 2. cap. 7. E como lo quiſo Raſis libro. 3. cap. 9. los quales dizen que ſu carne es ſemejante a la dela ouexa, por ſu mucha humedad y dixo Aniceña, que los higados de eſtas aues ſon buenos y ſuaues y de buẽ humor, y que por eſſo ſuelen detener el ſu

Serap. cap. de bat.

Iſac. dieta. vniuer cap. 16

Auic. 3. pri. doct. 2 cap. 7.

Raſis. lib. 3. ad al. mã. c. 9

xo de camaras que prouiene del higado. Como lo dixo Rasis libro quarto Aphorismorum, deue se la carne de eestas aues assar, y no cozer, y echar la mucha sal porque se consuma su superflua humedad, como deziamos que se deuian de cozer las carnes gordas, Finalmente las carnes delos anadones, y ansarones, son duras de digestion, y causan fiebres, calenturas, por su mucha superflua humidad. Guardense de comer las los holgados, y regalados. Los mejores son los chicos y algo crescidos, son muy malos los, viejos queden se para los infieles, que los suelen comer salados, y ansi son melancolicos de mal color, de mala costumbre, solamente se coman sus alas, y sus hīgados, y la de mas carne, ya digo, es mala, porque tiene gran humedad, y calor causa calentura, sus enxundias son vtiles a los nieruos, y quitan las

māchas

manchas dela cara,y es cosa esperimẽ tada q̃ si el anade se entierra,đ su carne se haze escuerço,la causa es por q̃ ãsi el escuerço como el anade se engendra de vna misma materia que es de agua lluuia.Vrsino.

Buffones gigno putrida tellure sepultus
Humores pluuii forte quod ambo sumus.

CAPITVLO

26.Delos pollos đlas palomas que se dizen palominos.

LAs palomas vnas son silueſtres, otras son domesticas, delas domesticas,vnas son criadas en casa,y otras en las torres,y de estas emos de tractar a-
Gal.in lib. de attenu. dieta.c 8. ora, porque las montesas o syluestres an se de dexar para los milanos,la razõ es, por q̃ fuera que son mas duras que la carne delas caseras,y que delas torto las,

las,y perdizes,son mas difficiles de di- *de arte*
geſtion,y demas ſuperfluydad, empe- *uicante*
ro delos palomosdomeſticos,como lo *diet c.*
dixo Iſac enlas particulares dietas, de- *8.*
ue ſe dezir,que aunque en comparaciõ
delas anades ſean mas ſubtiles, y mas
faciles de digeſtion. Empero en ſi abſo
lutamente ſon duros y difficiles, por la
mucha humedad ſuperflua,eſpecialmẽ
te antes que comiẽçen a bolar, porque
quando ya buelan,entonces ſon mas ti
ernos y mas digeſtibles,que de ninguna
edad,porque empiençan a perder la
peſadumbre que tienen, y porende ſu
carne es apta alos que tienen flema, y
dañoſa alos colericos, e alos caliẽtes y
humedos,lo q̃l quiſo Auicena, pues di
xo,enlos pollos delas palomas que no
comiençan a bolar, ay calor y hnme-
dad ſuperflua, pero los que ya buelan *Auic.*
ſon mas leues y de mejor mantenimiẽ *2. can.*
to,deuen ſe de comer con agraz, y culã *c.134.*
tro,y agro de limones, y deuẽſe de dar

alos que eſtan euacuados por ſangrias y alos que eſtan frios y flacos de luengas enfermedades, como lo dize Raſis libro continentis. 23. capit. 703. y dixo mas. Que la ſu carne es buena pra los riñones, y ſe acreſcienta el eſperma, y la ſangre, y como lo dize Auarroes. 5. colliget. La carne de los palomos tiene humedad ſuperflua, pareſce eſe por ſu peſadumbre y pereza, como tambien ſu calor por ſu velocidad, y preſteza de digerir, y por el mucho calor que ſe ſiente al tacto, y por eſſo no es de marauillar ſi tienen mucha humedad, y mucho calor inflamatiuo, cauſador de calenturas, y por eſſo dixo Iſac abaxo. Los pollos de los palominos tienen mucho calor fuerte, y por ende encienden la ſangre, mayormente los monteſes, por que eſtos ſon mas calidos que humidos, por lo qual facilmente ſe conuierten, en colera en los colericos. Y por eſſo los antiguos, los

Raſis 23 cõt. c. 703.

Auer. 5. colli.

p. C. de mino.

dauan

dauan con agraz y limones, y eſcarola, y azederas, achicorias. Empero, por que los pollos domeſticos criados en caſa, ſon muy ſuperfluos y peſados, pues enellos predomina la humedad, como lo dixo Iſac enlas particulaes dietas, por eſſo ſõ peores q̃ los demas. E fue pecer đl Gal. enel lib. đ attẽ. victu. c. 8. pues dixo. Los palominos đlas torres ſõ mejores q̃ los q̃ eſtã en caſa, y mas a baxo, finalmẽte todas las animales q̃ ſe exercitã ſon mejores, q̃ las q̃ no ſe exercitã, y las q̃ ſe ceuan con coſas ſecas, q̃ las q̃ ſe ceuan con humedas, y las q̃ reſpiran en ayres delgados y tenues q̃ las q̃ reſpiran enlos contrarios. E Raſis en el lugar acotado dixo, por authoridad de Meſue enel capitulo de eſtomago, Los pollos palomos ſõ peſados pa el eſtomago, y đ difficil digeſtiõ, y mas abaxo dixo, por autoridad đ Bimaſui la carne delas palomas es mas caliẽte que otra qualquier carne de aues cõ ſu difi

Galen. lib. de attenu. victu. cap. 8.

cultad de digestion, y con su superabũ
dãcia d humedad, por lo qual muchas
vezes presto engendra esquinancia, y
fue causa que vn hombre llamado Ca
lifa muriesse, porq̃ comio della assada
tres vezes en vn dia, y Haliabbas, 5 the
oricæ cap. 23 dixo, la carne de los palo-
minos es de mucha humedad, y mala
y la sangre que se engẽdra de ella es ca
liente y humida de muy presta corrup
cion, y que engendra fiebres de sangre
y Auicena en la 13. 3. capit. 33. dixo, La
carne delos palominos es gruessa, de-
tiene se mucho en el estomago, por su
mucha superfluydad, y por esso los do
mesticos son reprobados, especial los
q̃ se crian debaxo de soterranos, y por
esso se deuen dexar, sino es preparan-
dolos con cosas frias y secas, y assando
los para preuenir a su superflua humi-
dad, empero los delas torres, o los
monteses, porque son magros, se de-
uen cozer. Y esto es lo que primero se

Halia. 5. theo. cap. 23

Auic. 13 3.c. 33.

de

deue hazer en quanto a su preparació, Lo segundo que se ha de hazer; es que quando se matan los corten las cabeças, porque tienen propriedad de causar dolor de cabeça, lo qual dixo Rasis, enel quarto de sus aphorismos. Lo mismo Auēzoar enel Thersit tractado nono, capitulo onze, y tractado septimo, capitu. 18. a donde dixo, Deues conoscer que enlas cabeças de los palominos ay occulta propriedad đ causar dolor de cabeça, y porende se deuen arrojar sus cabeças con los pescueços, y aparejandolos palominos, de esta manera se haran manjar excellente declinante vn poco a calor, E dizen de ellos los Philosophos, que tienē su carne admirable propriedad para el dolor de riñones, y para hazer passar la sangre corrūpida que se detiene, y estas dos cosas ay enellos admirablemēte, empero no se deuen comer los pequeños sin pluma, por que son muy

Rasis 4. aph.

Auēz thersit trac 9. cap. 11.

malos eſpecial antes que comiençen a bolar por ſu mucho calor y, ſuperflua humedad, por las quales qualidades engendran mal nutrimento, ſon duros de digeſtion, corrompen el eſtomago, y hazen muchos daños, como lo dixo Iſac en las vniuerſales dietas capit. decimoſexto, y en las particulares, Su eſtiercol eſpecial ſi es de palomo brauo quita lamparones anſi beuido hecho poluos como pueſto por emplaſto, quita tambien la piedra de vexiga y riñones, y la ſangre de ſus alas aprouecha alas cataratas, anſi lo canto en ſu Proſopopeia Ioã Vrſino.

Iſac. diet. vniuerſ. c. 16.

Hinc cruor aereis roſeus qui ducitur alis
Miram luminibus conciliabit opem.

CAPITVLO

26. Delos Pauones y su ma-
la carne.

LOs Pauones, como lo dizen los modernos, son caliẽtes y humedos en segundo grado, engendran melancolia, son de difficil digestion como lo dixo Isac enlas vniuersales. capit. 16. los quales aunque sean de mas nutrimento que los anades, son empero peores que todas las otras aues en difficultad de digestion y dureza, y pesadumbre. Por lo qual ellos, y las gruyas, son yguales en malicia, no se deuen de comer si no criados en casa, y si fuere ynuierno, han de estar muertos de tres dias, si estio de vn dia antes, y esto, por que su carne este manida y tierna, como el mismo lo dixo en las particulares, Y cierto es cosa necessaria, porque la carne del Pauo es dura y de difficil

Isac vniuer diet, c. 16.

digestion, como lo dize Galeno en el tercero de alimentis cap. 18, y en el libro de solutione continua, lo mismo dixo Rasis en el continente lib. 22. cap. 487. lo mismo Haliabas en el 5. de su theorica cap. 23. a donde, despues que vituperó las carnes de las aues de agua, dixo, la carne dela gruya es mas dura e mas difficil de digestion q todas estas, e ni mas ni menos la del Paiuon, Pues luego deuen se huir sus carnes, o si se comieren esten primero tres dias muertas, y cuelgen las en alto e atenta a sus pies vnas piedras, y esto no solo se deue hazer en panos e gruyas, empero y en todas las de mas aues, que fuere duras de digestion, y ni mas ni menos, en los animales quadrupedes, para q sus carnes anssi esten mas manidas, e mas tiernas, deuense luego lo mas que pudiere los que quieren biuir sanos e no ser arrebatados subito d enfermedades guardar se de sus carnes, pues dixo Auice-

Gal. 3. de alt. cap. 18 & lib. de solutione cõtin. Rasis con. 22. ca 487.

Gal. 7 meoho di lo quuens de

na en el segundo canon cap.146 que todas las aues grandes que tienen largo cuello como es el pauon grullo y el milano y el palomino son en sus carnes duras e que todo lo que engendran en el cuerpo se haze melancolia, por lo qual aunque sean los pauos escogidos para las mesas de los illustres e grandes, tengan por cierto que son de vituperable mantenimiento, e reproua dos e despreciados de todos los phificos sabios, su estiercol segun dize Plinio aprouecha para la gota y dize que es de tanto prouecho que el mismo pauõ le coime por que no aproueche tanto, y dize mas que quando buela en alto es señal de pluuia y por esso dixo Ioan Visino en su prosopopeia.

per. cosso. Auic. can. 2. ca. 146

Plinio.

Linque viator iter pennis cum scandimus altũ
Transibit magno non sine rore dies.

CAPITVLO

27. Delas perdizes y ſus vtilidades.

PVes ya hemos tractado de las aues domeſticas, tiempo es que digamos algo delas monteſes, empeçãdo dende las perdizes pues ſon vnas aues muy alabadas no ſolo delos modernos, empero y dlos antiguos, y no ſin cauſa, pues ſon de vn mantenimiẽto mediocre entre grueſſo y delgado, aunque pareſce declinar algo a dlgado y ſubtil. Lo qual ſe pareſce por Iſac enlas particulares, a donde puſo eſte orden, las eſtarnas, pollos de perdizes, de gallinas, ſon entre las aues de mas ſubtil ſubſtancia, y deſpues de eſtas aues la perdiz, el fayſan, la gallina, a dõde puſo a la pdiz por demas tenue ſubſtãcia q̃ ala gallina y ẽ tal grado q̃ dixo dlas vniuerſales dietas, q̃ los pollos delas perdizes erã ſubtilesen tercero grado, y las perdizes en ſegundo

Iſac de vniuer. c. 16. cap. 16.

segundo, y Auiuena quiso dezir lo mismo enel canon segundo. c. 186. pues dixo, la carne del cubugi es de las carnes mas subtiles, porq̃ es liuiana, y estriñe, y engorda, y haze aumento enel coito, y Auerroes en el quinto de su colliget dixo, delas mas loables carnes de las aues son las delas ꝑdizes, y sõ semejãtes alas delas gallinas del desierto, y estriñẽ assadas y cozidas, y Rasis 3. ad Alman. c. 10. la carne dela perdiz estriñe el viẽtre, y mantiene mucho, y dixeron los philosophos, q̃ el potaje đ sus carnes q̃ta la putrefaciõ, y las carnes desecã la humedad, y declinan a frialdad y sequedad, especialmente son buenas para la corrupciõ o putrefaciõ đl estomago, si se cuezẽ cõ çumo de maçanas dulces. Finalmente, su carne en cõparacion es calida y humida, y en comparacion es fria y seca, por que si el macho de las perdizes se compara con la hembra es caliente y humido, si se compara al cuerpo

Auic. ca 2. c. 186.

Cubugi en arabigo es perdiz.

Ras. 3. Alm. ca. 10.

cuerpo humano, es frio y seco como lo dixeron todos los sabios phisicos, porq̃ por razõ de su sequedad restriñe el viẽtre, la qual calidad es en las ꝑdizes predominante, y ansi paresce por Isac en las vniuersales cap. 16. a dõde dixo. De las aues las que fueren secas de complexion no se deuen comer, sino quando fueren criadas en casa y engordadas, como son las torrolas, y las perdizes, y deuen se comer, como el mismo lo dixo, cozidas y no assadas porque con la agua adonde se cuezen se tiempla su sequedad, sino es que a caso los q las comen fuesen de cuerpos muy hũmedos y lubricos, o relaxados, porque en tal caso mejores son assadas, y porque, como dize Platina, la vida delas perdizes se puede prolõgar hasta diez y seys años. Deue se de cõsiderar, que no se põgan viejas alas mesas delos señores, sino de edad florida en juẽtud, porque quanto fueren de menor edad, tãto es

Isac ibidem.

Platì. 2.

menor

menor ſu ſequedad, y por el conſiguiẽte tanto ſeran mas ſoables y mejores, y por eſſo ſe deuen eſcoger los mas nuevos y mas gordos que ſe llaman perdigones.

CAPITVLO

28. Delas eſtarnas, y delos Fayſanes.

AY vn genero de perdizes, las quales tienen los picos y pies colorados, y vulgarmente las llaman codornizes, como en realidad de verdad no lo ſeã, porque las codornizes, como veremos deſpues, ſon las que dizen ortegas, o gangas, y en Italia qualee y quaquile, como es pareſcer de Simon Ianuenſe, y del Pãdectario, alos quales ſe deue dar credito, como a varones de excellente doctrina, y eſto ſe pareſce, pues ala codorniz llaman los griegos, ortix, *Simon Ianuenſe Pandectario.*

que

q̃ es ortega, dizese esto apropoſito de q̃ las aues llamadas eſtarnas no ſõ eſtas ortegas como algunos lo piẽſã, e pareſce ſe claro. Porq̃ la eſtarna es templada de muy buẽ nutrimẽto, empero la ortega que tambien ſe llama qualea, es de las peores carnes q̃ ay, pero q̃ la eſtarna no ſea la ortega que llamã qualea, pareſce por el cõciliador, pues dixo, Pero porq̃

Conciliador. đſpues đ la eſtarna añadiõ el Almãſor la codorniz, es duuda, ſi por eſta entiende la aue perdiz mayor đl miſmo color enel pico e pies q la perdiz comun de đ leyroſo ſabor, la qual en lẽgua italica ſe dize corhurnix o codorniz, e ſi es ãſi de ueſe recebir ſu parecer, po ſi por cõdorniz en tiẽde ortega o q̃icula, yo en eſte caſo no lo accepto, como la ortega ſea la mas deteſtable carne đ quãtas aues ay, Eſto es lo q̃ dixo el cõciliador, Delo q̃l ſe figue, q̃ la aue q̃ cõmũmente ſedize codorniz es aũ mas loable q̃ la pdiz porq̃es la pdiz mayor, empo la eſtarna

es

es vna especie d̄ pdiz menor, y ãsi dixo el Padubanẽse Michael, porla estarna se puede entẽder, o vna aue grãde como ansarõ d̄ color cirenicia, la carne d̄la q̃l es loable, especial si fuere d̄ edad d̄ juuẽtud, o es vna manera d̄ pdiz pequeña a cerca delos tudescos, dela q̃l parece q̃ entẽdio Moyses quando dixo. *Similiter starnæ nõ videtur pro domino nostro, quia ventrem stringũt.* Y esta especie d̄ perdiz menor es, la que se dize starna, y no la aue que es como ansaron, y por esso dixo Isac enlos vniuers. c. 16. Las carnes deffectuosas ẽ su calor, empo cõuenibles en tẽperamẽto sõ las d̄los pollos d̄las estarnas, y sõ de presta digestiõ y faciles d̄ penetrar por las venas, y muy apareja-das para se conuertir en sangre loable, Pero porque muy presto se disfuelue y desmuelẽ, dã poca fuerça alos miembros, y por esso son loables para la sanidad, pero no para confortar, y abaxo dixo. Que las estarnas o sus pollos son

Isac ibidem,

en

en tercero grado en ſubtileza đ ſubſtã cia, y anſi dixo Raſis lib. 3. ad Almanſorem cap. 10. La carne de la eſtarna es la mas leue y ligera de quantas carnes ſe hallan, y mas conuenible para los que en ſu regimiento vſan de manjares delicados. Deſpues de eſta, es la carne de la codorniz, que es la perdiz mayor, y eſta es ſegunda en bondad, porque engẽdra mejor ſangre que ſus poſſos, no tiene ſino poca ſuperfluydad, y no es juzgada por muy calida. Empo la carne de la perdiz dela qual tractamos en el capitulo precedente, es de mas grueſſo mantenimiento, que la eſtarna, ni la codorniz, y eſtiñe el vientre, y da mas nutrimento. Eſto dixo Raſis. Empero los frayſanes tienen carne templada, y que mucho mantiene, y que mucho cõuiene alos conualeſcientes, y flacos, y adelgazados; y es media entre la carne del capõ, y la perdiz, como lo dixo Platina, delos quales no hallo de los antiguos

Ad al mã. lib 3. c. 10.

P. Latin.

guos quien hable ſino el Conciliador, q̃ dize de las aues monteſinas. Las mejores ſon los Fayſanes para ſanidad y fuerça, y por ventura mas que los Fayſanes domeſticos, porq̃ ſõ muy ſemejãtes a las gallinas: y caſi de ſu miſma eſpecie. Lo qual pareſce ſer tomado del Raſis. 4. de ſus Aphoriſmos, a donde dixo, el Fayſan es vn manjar muy conuenible, loable, ſutil, ſemejante y propinquo a los pollos, conforta a los eticos, y tiene propriedad de esforçar las virtudes de los miembros, y prepara los humores corruptos del eſtomago, finalmente no ſe puede dar otro mantenimiento mejor a los enfermos. *Conciliador.* *Raſis 4. aph.*

CAPITVLO

29. delas Codornizes, y Tortolas, y de la manera que ſe deuen preparar ſus carnes.

codorniz LA Codorniz, que ansi se llama, es vna pequeña aue, respecto de la perdiz, y el Faysan. La qual es llamada de algunos Ortega, de otros Quaquila, como fue parescer de Simon Ialuense, su complexion es calida en fin del primer grado, y en principio del segundo, es de mucha humidad, y por esso se corrompe presto. Y por ende es vn manjar no conuenible a templados ni destemplados, es de dififcil digestion, y prepara los cuerpos a calenturas y fiebres, y acrescientalas. E dixo Platina que sus carnes son de ruyn sabor, y de mal mantenimiento, y por esso dixo el Conciliador. La Quiscula, que es la Codorniz, es la peor de todas las carnes entre las aues. Y por esso dixo Auicena en el segundo Canon, que la carne de la Codorniz engendra ciertos generos de espasmo, que son tetanos, y no porque come el Elleboro, o Vedegambre, sino porque de su substancia

simõ Jan

Concil.

Auic. 2. Canõ

ſtancia es mala, y Raſis en el continente, libro. 20. capitulo. 420. A donde dixo. Yo vi que de la comida de las Codornizes ſe eſpaſmo vno, y la cauſa es, Porque la Codorniz come Vedegambre, o el Elleboro, por lo qual no ſe deuen comer eſtas tales, ſino las que no comen Vedegambre, o Elleboro, y no ſe deuen comer ſus carnes frequentemente, porque engendran eſpaſmo & tetano. Yaſsi lo dixo Iſaac, en las vniuerſales, capitulo. 16. Las Codornizes ſon las peores de las aues, y ni ſon buenas en ſu mantenimiento, ni en ſu digeſtion, y por eſſo ni conuienen a ſanos ni a enfermos. Las Tortolas ſon calidas y ſecas en ſegundo orden, aunque con todo eſto tienen cierta humidad ſuperflua, e indigeſta, deuenſe elegir las de poca edad, e gordas, las quales ſegun Galeno, engendran buen mãtenimiẽto, y las antiguas le dã grueſſo, de difficil digeſtiõ, y q̃ ſe haze melãcolia,

Raſis. Conti. libro. 20. c. 420.

Iſa ac. diet. vniuerſ. cap. 16.

Gal.

lia, por lo qual no se coman las que hã passado de vn año, pero ya que se coman las de poca edad, hase de guardar el precepto del Galeno en el libro de de Attenuante victu Cõuiene a saber, que porque la Perdiz y la Tortola no tienẽ las carnes supremamẽte duras, y no son biẽ digestibles, deuẽ por lo menos estar muertas de vn dia, porque ansi ternã la carne mediana entre la gruesa y delgada, y daran buen nutrimento, y seran friables de facil digestion.

Galen. lib. de Atten victu.

Lo mismo dixo Isac en las Parti. di. Las Tortolas son las mas secas de las aues, deuense comer de vn año, y deuẽ estar muertas vn dia entero, porque ansi su carne es media entre la gruessa y sutil, y porende engẽdra loable carne. Y por esso dixo Auicena en la. 14. del tercero cap. 21. Las Tortolas son vn mãjar que engendra buenos humores, ponense despues de los Palominos, tienen virtud de acrescentar sangre a dõde no la

Auic. 14. 3. cap. 21.

ay,

ay, y esfuerça la virtud retentiua, decli
nā vn poco a calor, y por esso dixo Ra-
sis. 4. de los Aphorismos, y aunque las
Tortolas declinē vn poco a calor, mas
que las gallinas montesas, tienē admi-
rable propriedad de aguzar el ingenio. *Auic.*
Lo mismo dixo Auerroes en el. 5. de su *2. canō.*
Colliget. Lo mismo quiso Auicena en *21.*
el segundo Canon cap. 21. a donde tra- *Loann.*
ta del Duragi, que es la Tortola. Lo mis *Arcu-*
mo quiso Ioan Arculano, cap. de Epile *lan. c.*
sia, y Simō Lanuense. Aunque Bartho *de epile*
lomeo de Mōtagnana aya creydo que *sia.*
lo que dixo *Auicena*, se entienda del *Barth.*
Faysan. Empero mejor me allego a los *a Mon*
de mas. Lo que dixo *Auicena* es. *Caro* *tagna-*
Duragi in cerebro & intellectu augmentum *na.*
facit. Quiere dezir. La carne del Dura-
gi que es la Tortola, haze augmēto en
el celebro, y el entendimiento. Sacase
desto vn notable, que porque la carne
de la Tortola, como dixo Isaac, es seca,
a predominio, que sera bien, que antes

que ſe coma, ſe crie en caſa por algũos dias, porq̃ ſe tiẽple ſu ſeq̃dad cõla humidad q̃ aura cobrado, anſi d̃l ocio, como del cebo, y q̃ la q̃ fuere gorda ſe aſſe, la flaca y magra ſe cuezga, porq̃ aſſando ſe tornarſe ya mas ſeca, e magra. Por la ſequedad que ſe añade de las braſas.

CAPITVLO 30. del Aueſtruz, y Grulla, y de otras aues aguaticas de carnes duras, y como ſe hã de preparar.

LA carne del Aueſtruz como lo dize Raſis. 3. ad Almanſo. cap. 10. ſe juzga por la mas grueſſa de todas las aues. y peor, y q̃ mas fatiga el eſtomago. La carne dela Grulla es fria y ſeca, dura de digeſtiõ, engendra mala ſangre, de qualquier manera q̃ ſe prepare, agora aſſada, agora cozida, engendra melancolia y tiene mas d̃ ſuperfluydad y excremẽto, que de alimento, como lo dixo Platina, y anſi lo dixo Raſis en otra parte. La car-

Raſis. 3. ad al man. c. 10.

carne de la Grulla es muy lacerrosa y neruiosa, y hebrosa, y por esso no deue comerse sino despues de muerta muchos dias, y despues de aparejada de la manera q̃ diximos de los pauones. E di zẽ algũos q̃ su hiel es muy marauillosa para la plesia, si se vnta el miẽbro parlatico cõella, ansi lo afirmo Ioã Vrsino en su prosopopeya diziẽdo de la Grulla,

Idẽ, libro. 2. cõme. 70. 3.

Felle tamen paresim sæpe leuare queo.

J. Vrsin.

Pero la carne delas cigueñas y cisnes, y otras aues dsta manera, las quales se dizẽ en Griego amphibiç, porq̃ viuen en tr̃a y en agua, aunq̃ lo mas en agua, de uese dezir cõ Isac en las particulares, q̃ no son yguales en bõdad cõ las aues q̃ siẽpre viuẽ en lugares terrestres. Lo q̃l quiso el mismo tãbiẽ en las vniuersales dietas. Todas las aues q̃ viuẽ en lagũas sõ neruiosas, gruessas, duras d̃ digestiõ aunq̃ si se digierẽ dã mucho nutrimẽto y son rezias para se dissoluer, o desmoler en los miẽbros, por lo qual emos de

Isa.

machinar algunos ingenios para los ablandar, y no se deuen comer de mas
Auic. 2. cano. c. 146. que vn año. Destas dixo Auicena, que todas engendran melancholia, y que aunque eran accidentalmente de mucha humedad, porque viuen en las lagunas, empero que sustancialmẽte son secas, y por esso la carne de las aues grãdes hazen venir quartanas. ¶ Destas y de la carne de los Sisones dize Almansor en el cap. 10. del tercero, que quãto mas participan de color rubícũdo y negro, tanto mas son cercanas a engendrar melancholia. Pero que delas que dellas tienen mal olor engendran peor sangre, y por esso no se deuen comer. Y mas abaxo dixo, que todas las aues que viuen en lagunas, o en rios, engendran mucha copia de superfluydades, y si tienen mal olor, se juzgã por mucho peores. Tales se crian en abundancia en todas las partes donde ay mares y lagunas, y aguas. Pero si alguno las quisiere

comer,

comer, deuelas de comer de edad florida q̄ no passen de vn año, y deuen estar muertas mas de tres dias, porque sus carnes se tornen mas tiernas y manidas. Ansi lo quiso Rasis, ansi Auenzoar en el Thersir, cap. 1. a dõde puso exemplo de las Tortolas, anades, grullas, las quales se deuen primero de manir en el inuierno doze horas, enel estio siete. Empero si fueren aues de agua, deuen se manir mas de tres dias, porque su carne se reblãdezca y enternezca. Pues como dixo el mismo, la tal preparació de estar muertas por espacio de tiempo trae estas vtilidades, que si fuerẽ de suyo secas, y duras se paran tiernas, si fueren blandas y muelles, se tornan duras, y si estan crudas en alguna manera se maduran, y desta suerte se digieren con facilidad. E por esso es manifiesto, que no nos deuemos de mantener de carne dura y seca criada en lagunas, si no fuere que primero este manida dos

Rasis, Auenzoar. Theis. 1.

Gal. libro de attenu. victu, c. 8.

o tres dias, lo qual es pareſcer del Galeno en el libro de Attenuante victu, a donde dixo, conuiene ſuſpender, por lo menos vn dia y deſpues comer las carnes, no ſolamente de la Tortola, empero y de la perdiz, y de todas las otras aues que tienen ſequedad moderada. Deſto ſe concluye, que ſi las perdizes y tortolas que ſon de poca ſequedad, ſe han de manir deſpues de muertas por lo menos vn dia, que las aues de agua, las qualesſon mas duras y grueſſas, ſe deuen manir mas dias, porque ſe puedan digerir.

CAPITVLO

31. De las carnes de los Zorzales, Mirlas, Gorriones, y de otras aues menudas.

Querer

QVerer contar por eſtenſo las naturalezas d̃ todas las aues pequeñitas, y medianas, ſeria empeçar vn largo camino para no acabar. Por lo qual baſtara tractar de algunas aues pequeñas que comunmente ſe veen. Hablando dellas, lo q̃ algunos de los antiguos y modernos dixeron. Pues luego atteniendonos al que deſtas menudencias pareſce que mas largamẽte hablo, que fue Iſac, diremos conforme a el. *Ficedularum carduallium reliquarumque auium minutarum caro, ſi pingues ſint & iuuenes modo non nidificent, boni alimenti eſt, abſit tamen a patinis noſtris paſſer, qui ob nimiam calidìtatem male olit difficultet coquitur, libidinem excitat. &c.* Dize anſi. La carne de los tordos y ſirgueros y otras aues menudas ſi ſon gordas y d̃ buena edad florida, cõ tal q̃ no empiecẽ a anidar, es de buẽ nutrimẽto, empero no eſte en nueſtros platos el paxaro, que ſe dize Gorrion, porque por ſu mucho calor mantiene

tiene mal,digiereſe con difficultad irri ta a luxuria,y algunos Phyſicos quiſie-ron que las aues monteſinas tomadas con lazos,o redes ſeã mejores,eſpecial las mirlas y zorzales, y que las que de-llas fueren mas gordas ſon mejores,y que las aues menudas declinan a calor y ſequedad,y mas a ſequedad, y q̃ ſean de poca edad , y fue pareſcer del Gale-
Gal.6. Meth. c.2. no en el Methodo,lib.8.cap.2. Que las Perdizes y todos los paxaricos monte-ſinos ſon las mejores carnes delas aues y luego las gallinas y Fayſanes, el qual dicho,ſegun el Conciliador,ſe deue en-tender deſta manera. Que alli Galeno entendio por los paxaricos monteſes, no los paxaros verdaderos que llamã gorriones,los quales ſon calientes y ſe cos haſta la tercera orden , a los quales no ſolamẽte los modernos,pero los an-
Halia. ſ. the-or.c.23 tiguos vituperaron. Pues Haliabbas, e Iſac,dixeron,que los paxaros domeſti-cos que ſon los gorriones ſon muy ma los,

los, y engendran sangre caliente y seca, y muy mala, y son estreñidos y encienden la sangre, y son como los palominos mõteses, que son de la misma qualidad, y corrompen el estomago, conuiertense en colera y en humos mordaces. Y Auicena dixo, que los tales paxaros son calidissimos, y mueuen a luxuria, porlo qual no viuen mas q̃ vn año, pues como lo dize Auerroes. La luxuria, e coyto frequente, debilita el cuerpo, y desminuye y abreuia la vida. Y Aristoteles dixo, que los animales que mucho se exercitã en la luxuria son de mas breue vida, y trae por exemplo a los paxaros que llamamos Gorriones, los quales porque mucho vsan el coyto, no passan de vn año. Lo qual se paresce, porque muy pocos dellos tienen negra la garganta, lo qual es señal que son viejos, pues luego todos se deuẽ de guardar de comerlos, porque fuera d̃ que son duros de digestion que calientan

Auice. 2. cã. c. 146.

Auerroes. su per cõ. 156. cã ticorũ auic. Aust.

tan

tan la sangre, es opinion de algunos q̃ engendran apoplexia. E dizẽ algunos, que su carne quemada y beuida con agua quita la yterizia, y que su estiercol puesto encima del rostro, quita sus manchas, como lo dixo Ioan. Vrsino en su prosopopeya.

Stercus item purgat charos lentigine vultus
Quamuis ictericos sanet & vsta caro.

CAPITVLO 32. de las partes de los animales exteriores, e interiores.

EN vniuersal las partes delos animales se consideran de quatro maneras, o son partes interiores, o exteriores, o son partes postreras, o delateras, o son partes de la mano derecha, o de la yzquierda, o son partes remotas del coracon, o vezinas a el. Pues luego a lo primero digamos con Isac en las vniuersa-

uersales, cap. 15. q̃ las partes del animal exteriores que son las de a fuera en mitad del cuerpo son mejores y mas loables que las interiores. Porq̃ como las exteriores esté mas cercanas a los poros, por los quales sale el sudor y el humo, y vapor del cuerpo mas ligeras, se parã, y mas se aliuianan, y se hazen mas sabrosas, e mas faciles de digestiõ al cõtrario es de las partes internas. Y mas abaxo dize, que por dos razones se hazen mas tiernas y digestibles. La vna por la mucha disolucion de su sustãcia, q̃ se haze por los poros q̃ está en ellas. La otra por la confricaciõ de los huessos q̃ estan junto a ellas, las partes internas son malas por las cõtrarias causas, y porq̃ está remotas del cuero, a donde estan los poros, por lo qual no se pueden purgar y ventilar, de donde se hazen gordas y gruessas, y muy seboſas, graues para el estomago, y difficiles de digerir, y porque estan cercanas a las super-

Isaac Diet. uniuer. cap. 15.

2 razones

1

2

ſuperfluydades de los miẽbros de adẽtro, y a las hezes de los inteſtiuos y tripas, por dõde adquieren vna humedad de graue olor y putrefactiua, la qual es cauſa que ſe engendre mal mantenimiento. Empero comparando las partes poſtreras con las delãteras, ſe ha de dezir, que por tres razones ſon mejores las delanteras. La primera, porque ſe mantienẽ de ſangre mas pura y limpia mundificada cõ el mouimiẽto del coraçon, y por eſſo el pecho y ſus partes ſon de mejor mantenimiẽto. La ſegunda es, porque el pecho es ventilado y mouido ſiempre con la voz y reſpiracion, por lo qual ſu carne ſe haze mas liſa y facil de digeſtion. La tercera, es porque el coraçon eſta en el pecho, el qual es la fuẽte del calor vital, y por ende el pecho y ſus partes cercanas ſe hazen mas digeſtibles y mas ſabroſas. Y eſte pareſcer fue de Raſis en el tercero ad Almanſorem cap. 11. a donde dixo,

Raſis ad Almanſo. 3. c. 11.

las

las partes anteriores, del animal ſon calidas y mas ligeras, y las Poſteras ſõ mas frias y mas peſadas. Empero comparando las partes dieſtras cõ las ſinieſtras, o yzquierdas, ſe deue tener, q̃ las carnes de la parte dieſtra ſon mejores que las de la parte ſinieſtra. La cauſa es porque eſtan mas cercanas a la hiel, o al higado que es el principio de la virtud natural, y por ende ſon mas ligeras y mas faciles de digeſtion. Empero las carnes de la parte ſinieſtra ſon mas frias y peſadas, porque eſtã mas remotas del higado a donde eſta el calor natural, y porque eſtan mas cercanas al baço, que es melancholico y frio, y anſi lo ſintio Auicena en el ſegundo canon, cap. 146. Pues dixo, *& dextra melior eſt, & leuior ſiniſtra.* Empero, ſi ſe compa- *Auic. 2. canõ c. 146.*
ran las partes que eſtan arriba junto al coraçon con las partes de a baxo que eſtã remotas ſe deue dezir, que las partes de arriba por eſtar junto a la fuen-

te del calor vital que esta en el coraçõ, y al natural que esta en el higado son mejores, mas leues mas faciles de digestion, de mejor sabor y nutrimẽto, porque se mantienen de sangre mas pura y menos superflua. Empero los miembros de abaxo que estan junto a la cola por las contrarias razones son mas duros, mas indigestos, menos sabrosos, por estar a lexos del calor natural, y mas cercanos a las vias de la camara y vrina, por lo qual se mantienen de sangre mas supflua y gruessa. Porẽde quãto mas cercanas estuuierẽ ala cola tãto serã peores, quãto mas arriba mejores.

CAPITVLO

33. De los miembros carnosos.

ENgañanse los q̃ cõprando carne escogẽ la de mas pulpa y carnosa dexãdo la carne cercana a las junturas y huessos, porq̃ aunque es verdad que la carne

carne de mucha pulpa cõ poco hueſſo o ſin el, es vntuoſa y mas ſabroſa, caliente y humida, es empero menos de loar que de otra ninguna parte, aunque la cõparemos con la que tiene gordura, e pringue, lo qual ſe prueua por autoridad, e razon, porque la carne de mas pulpa es la del anca, y la de cerca del riñon, y eſta es de menos vtilidad, como lo dixo Auicena, canon ſegundo, cap. 146. anſi las carnes de los hijares y ancas, ſon peores q̃ las carnes grueſſas y de difficil digeſtiõ y no de buẽ nutrimẽto, la cauſa es porq̃ las ancas eſtã muy llenas de humidades ſuperfluas y eſtã mas quietas y ocioſas, y por eſſo dixo Iſac en las particulares. Las carnes q̃ ſe mueuẽ y exercitã tienẽ menos humidad y ſon mas digeſtibles y guſtoſas. Las q̃ no ſe mueuẽ y eſtã q̃etas, ſõ peores porla razõ cõtraria, y anſi ſon alabadas las carnes de los muſculos, o mure zillos como ſon las piernas y caderas,

Auic. 2. cano. c. 146.

Iſac. diet. p.

porque eſtas carnes ſon humidas entre las duras y blandas, y ſon templadas en quatro qualidades mas que los otros miembros y mas faciles de digeſtion, y mas preſtas a penetrar, y mas loables para confortar. Y por eſſo dixo Iſac en los vniuerſales, cap. 16. las carnes de los murezillos, o muſculos, en eſpecial ſus extremidades, ſon mas loables que los de mas miembros por el mucho y continuo mouimiento. Pues luego quede por concluſion, que aquellas carnes ſe eſcoxgan ſobre todas, que ſon de miembros mouibles, templadas entre las grueſſas y las magras de las partes delãteras, y de hazia la derecha, y no remotas del coraçon.

Iſac vniu. di. c. 16

CAPITVLO 34. de las partes de las aues.

Como

COMO dize Haliabbas en el quinto de su Theorica, cap. 23. De todos los miembros de las aues, las alas son las que mas facilmente se digieren y menos mantienen, y entre todas las alas especialmente son mas loables las de las aues ceuadas y engordadas, y de las aues pequeñas, y ni mas ni menos los cuellos. Y ansi dixo Isac, q̃ los miẽbros mouibles, siempre son mas tiernos, y mas sabrosos, y mas prestos para la digestion, como son las alas de las aues, primero de las gallinas, despues de los ansarones, porque con su continuo y mucho mouimiento se expelle la superfluydad de los humores. Porlo qual son mas sabrosas y mas digestibles, en especial las delas aues crescidas que ya buelan, son mejores que de las chicas q̃ estan en los nidos, por su fuerte mouimiento. Ni mas ni menos los cuellos de las aues son de loables carnes por su mucho mouimiento, como

Isac. die. uniuers. 6. 16.

esta ya dicho, y los cuellos de las aues, esto quiso Auicena en el segundo canõ, cap. 146. y Galeno en el tercero de alimentis y en el libro de euchimia, & cachochimia, espẽcial enel cap. 4. a dõde dize, *Optimæ igitur gallinarum & anserum alæ, sed aliæ anserum partes duræ sunt cõctu difficiles & excrementiciæ, præter alas.* y de las partes delas aues no hallo mas que dezir, sino q̃ como diximos en los animales, las partes que dellas fuerẽ exteriores, delanteras, de la parte derecha cercanas al coraçõ, son las mejores, las de mas peores.

Auic. 2. Canõ c. 146. Gal. 3. de alimen. et lib. de euchi.

CAPITVLO

35. De la naturaleza del celebro q̃ llaman sesos, y de sus partes, y como se deua aparejar para comer.

Co-

COMO lo dixo el Conciliador en la differencia. 24. El celebro no es otra cosa sino vna manera de tuetano, o medulla de la cabeça differẽciada cõ quatro ventriculos cubierta de dos telas llamadas dura, e pia mater, principal autora del sentido, y mouimiento, la complexion del qual es fria y humida, y mas humida que fria, por lo qual es de mantenimiento superfluo, y viscoso, y dañoso, resistiente a la digestion, y que haze ascos y da fastidio en el estomago, y por ende destruye el appetito, y de presto se conuierte en putrefacion, especial si se come en fin de la comida. E por esso dixo Galeno. Los que quisieren vomitar coman celebro, que son los sesos con azeyte en fin de la comida, y assi lo quiso Auicena en el segundo canon capitulo. 103. diziẽdo. El celebro es frio y humido de grueso succo q̃ engendra flema gruessa y viscosa y que quita el appetito,

Gal.

Auic. 2. canõ c. 103.

pues luego, como el celebro sea tan humido, y tan viscoso, o no se comera, o si se comiere sera preparado, y con estas condiciones que no sea de animal humido de suyo, ni por otra causa accidental, como es de puerco, de cordero, de oueja, sino que sea de animales secos, como son los celebros d todas las aues que buelã. Porque como dize Isac, sus celebros no son de tanta humidad y sequedad, como los de los animales terrestres. En especial son los mejores de las Starnas, o perdizes, y los de las gallinas y gallos. Y este fue el parescer de Auicena en el segundo canon, en el capitulo alegado, a donde dixo. Mejores son los celebros de las aues, especial de las montesinas, que los celebros de todos los animales terrestres, y de los celebros de los animales terrestrès, o de q̃tro pies son los mejores. Primero del carnero, dspues dl cabrito, y dspues del ternero. Lo mismo dixo Galeno en el ter ce-

tercero de alimẽtis, cap. 20. Pues luego deuenſe eſcoger ſobre todos los ſeſos, o celebros de las aues, antes que de los animales quadrupedes. La otra condicion ſera, que ſi ſe comieren, empiece la comida en ellos, y que primero eſtẽ adereçados, o guiſados con poco vinagre y pimienta, agengibre, yerua buena, o menta, como lo dixo Iſac, en las particulares, y como lo quiſo Galeno en el tercero de Alimentis, cap. 7. a dõ de dixo. *Omne cerebrum cibus eſt pituitoſior craſsi ſucci tarde permeans ſit præparatum cũ in ſciſsuis & calefacientibus. &c.* *Gal. 3. de alimen. c. 20.* *Gal. en. 3. de alimẽ. c. 7*

CAPITVLO

36. del mantenimiento del coraçõ.

AVNQVE el coraçõ es el mas nobiliſsimo miẽbro del animal fuente, e origẽ del calor natural, y de la virtud vital, empero deſpues del animal muerto ſe cõputa por via de alimento

entre las mas viles partes del cuerpo, como lo dixo el Conciliador en la differencia.24 A donde dixo. Que el coraçon del animal muerto, era frio y seco, contraria complexion de la que tenia quando era viuo, alomenos en quãto a la frialdad. Pues como dixo Galeno en el quinto de Locis affectis. Es el principio del calor, y por ende es mas calié e que todos los miembros. Pues luego, como por via de alimento sea frio y seco de sustancia y cõtestura fuerte y fibrosa, es duro de digestion, tardo de penetracion, y que engendra melancholia. Empero si se empieça a digerir da mucho nutrimẽto, aunq no bueno, ni loable, el qual fue parescer del Galeno en el.3. de alimentis, cap. 12. Empero, para q̃ no haga daño deuese comer con cominos, axedrea, y pimienta, como lo quiso Haliabbas en el quinto de su Theorica, cap.22. y tambien que sea de animal jouen, y no viejo.

Cap.

CAPITVLO

37. De los pulmones y su nutrimento.

LOS pulmones fueron criados para dar ayre al coraçon porque no se ahogue con el demasiado calor, son frios y humidos. A cerca de su nutrimento y digestion, ay entre los Physicos difficultad, porque vnos dizen que son de dificil digestion, y poco nutrimento, otros que son de facil digestion. Isac en las particulares dixo, que eran de facil digestion, y que se detenia poco en el estomago por su ligereza y raridad de sustancia, y por ende engendran vn succo conueniente al humor flematico, y tambien Auicena en el segundo canon, capitulo. 573. Dixo, que su digestion es facil, pero que tienen virtud de restriñir el vientre. Empero Rasis en el tercero ad Almansorem

Isaac in diet. parti.

Auic. 2. canō a'man.

Rasis ad Almanso. rem dixo, *pulmo tarde digeritur & parum nutrit & est frigidus.* Quiere dezir. El pulmon tarde se digiere, y poco mãtiene, y es frio. Para concordancia de lo qual se deue considerar, que quando se dize, que los pulmones son difficiles, o faciles de digestion, o esto se dize absolutamente, o respectiue y en compara cion Si absolutamẽte, son duros y difficiles de digestion, como lo dixo Rasis en los lugares allegados. La razon, como lo dixo Paulo AEgineta, porque aunque de su substancia por ser rara y ligera, auian de ser de facil digestion, empero porque siempre por su leuedad nadan sobre el esto mago, de suerte que el estomago no los puede abraçar, por esso son de tarda y difficil dige stion, pero respectiue y en comparació del higado, y baço, son faciles de digestion, y anssi se han de entender Isac, y Auicena, en los lugares allegados, del qual paresçer fue Galeno en el tercero de ali-

de Alimentis, cap. 11. El pulmon es de mas facil digestion, que el higado y baço. y tanto es de mas facil digestiō que ellos, quanto es mas raro. Y lo mismo dixo Rasis en el. 22. del Continente capit. 344. a donde dixo. El pulmō es de mas facil digestion que el higado, y el baço, por lo qual se deuen dexar de comer los pulmones, e ya que se coman deuen ser de animales nueuos y no viejos, y que sean semejantes a nuestra cō plexion en su templança, como seran los pulmones de cabritos gordos, terneras y sus semejantes. carnes, pescados

CAPITVLO

38. De los intestinos, o tripas, y del quajar, o vientre, en quanto alimento.

COMO dixo Rasis en el. 23. de su continente cap. 671. El viētre, los in-

Gal. libro de Euchi. inteſtinos, que llaman tripas, la matriz de los animales quadrupedes, ſon mas firmes y mas ſolidas que la carne, y por eſto ſon difficiles de digeſtiõ, y aunque ſe digieran perfectamente ſe engendra dellos vna ſangre no pura y fin bondad, mas antes ſe engendra vn humor de vehemente frio, el qual para ſe auer de alterar, requiere luengo tiempo, empero los vientres, o quajares de los animales de leche quando ſe crian ſon loables por ſu humidad y facil digeſtion. Lo miſmo dixo Galeno en el libro de *Euchimia, & cacochimia, partes sunt ad coquendum difficiles intestina, venter, uterus.* Empero los vientres de las aues ſon mas loables en reſpecto delos animales pedeſtres, porque aunque ſeã difficiles de digeſtion, empero dan mucho, y loable nutrimento, como lo dixo Iſac en las particulares. A donde tambien dixo, que de las aues es mejor el vientre del anſaron, y mas loable, por

por la copia de ſu humidad, y deſpues el vientre del pollo. Y tambien Auicena en el ſegundo canon capitulo. 237. Los vientres de las aues quando ſe digieren, ſon de mejor nutrimento que los de los animales, eſpecialmente de las gallinas, y anſarones. Empero deue ſe notar que las tripas y matriz ſon ſiẽpre malas en qualquier animal, eſpecial en el pedeſtre, pues luego el vientre, la marriz, las tripas, y entrañas ſon vituperables, como claramente ſe vee en los lugares acotados, engendran grueſſa carne, ſon difficultoſas de digeſtion, deſabridas, engendran mal humor, porque eſtan juntamente con las hezes y eſtiercol, y porque eſtan lexos de los poros del cuero por los quales no pueden expellerſe ſu ſuperfluydad.

Auic. can. 2. c. 237.

Ga-

CAPITVLO

36. de la naturaleza del higado, y baço, en quãto a ſu nutrimento.

SEGVN Auicena en la primera dl primero. doct, 3. cap. 2. el higado es a manera de ſangre quajada, o congelada, por lo qual es el mas grueſſo, y duro de digeſtiõ de todos los miembros, empero deſpues de digerido haze loable ſangre, y de mas nutrimento que la carne magra, empero el higado de los animales chicos de leche es mejor y mucho mas ſi es de gallina ceuada con harina conficionada con leche y higos, el qual pareſcer es dl Galeno en el libro de Alimentis. 3 cap 11. a donde dize, que todo higado de animales, es de grueſſo çumo indigeſtible de tarda penerracion, aũnque en otra parte dixo, q̃ los higados de los animales criados con higos paſſados, es de mejor cõdicion

Gal. 3. de alim. cap. 11.

diciõ,y mas loable que todos los lugares,y Haliabbas dixo enel quinto de su Theorica,cap.22. El higado es de caliẽte y humida complexion, tiene sabroso gusto, es empero de çumo gruesso, detiene la digestiõ,yssi se digiere,da mucho nutrimento al cuerpo, y la sangre que se engendra del es loable. Empero el mas loable y deleytoso higado, es el del ansaron criado a leche y massa,despues el de la gallina engordada, y despues el del puerco, de la manera que lo dixo Rasis en el continente lib. 25. capitulo.663.

Halia. 5.theo. c. 22.

Rasis. lib. 25. contin. c.663.

CAPITVLO

40. del baço y su naturaleza para lo comer.

EL baço,como lo dize Galeno enel nono de compositione ad locos. es receptaculo de melãcholia,y que atrae

las hezes de la ſangre, por lo qual es miembro melancholico y duro de digeſtiõ, engendra humor negro y tardo de penetrar por las venas. Empero el baço del puerco es el mejor de todos por la raridad y delicadez de ſu ſuſtancia. Y Auicena enel. 2. canon, cap. 621. dixo, el baço mejor de los baços es el del puerco, y con todo eſſo es de mal nutrimento. Y Aliabbas en el. 5. de ſu Theorica, cap. 22. dixo, la ſangre que ſe haze del baço, es mala, y declina a colera negra, po ſi ſe toma el baço del puerco no es tan dañoſo, y los baços de los animales magros ſon peores que los d los pingues y gordos. Porende conuiene que el que los comiere los mezcle cõ gordura y los cueza bien. Todo lo qual es tomado del Galeno, eſpecialmente del libro de Euchimia y cacochimia cap. 3. adõde dize, el baço es ſufficientemente melancholico y de mal humor empero en los puercos no es tã malo.

Auic. 2. cano. c. 621.

Aliab. 5. theo. cap. 22.

Galen. de euch cap. 3.

Capi.

CAPITVLO

41. Delas turmas de los animales y las vbres y riñones.

LAS turmas de los animales, segun he leydo, son de carne glandulosa blanca, que engendran esperma, son calientes y humidas, son duras de digestion, de mal mantenimiẽto, aunq̃ vna vez digeridas, son de mucho mãteni miento, excepto las turmas de los gallos, que son de muy loable mantenimiento, y las de los puercos son tanto mejores que las de los otros animales quanto sus carnes son mejores. Esto dixo Galeno en el tercero de alimentis, y Auicena enel. 2. canõ. cap. 723. y Auerroes en la. 2. parte de los canticos. Commẽto III. a donde dixo, que tanta sangre engendrã los cõpañones de los gallos quanto peso tienen. Y la vbre, o teta, es vn miembro, o instrumento de

Gal. 3. de ali. *Auic. 2. cano. c. 723.* *Auer. p. 2. cã. cõmen. III.*

engendrar leche que ſe compone de nieruos, venas, arterias, carne blanca, ſenſible, para que la ſangre que por las venas va alli coziendoſe mas, ſe pare blanca y buelua en leche. Sus carnes ſegun leo, de ſu propria complexion ſon frias y ſecas, por la muchedumbre de nieruos. Empero accidentalmente ſon humidas por la leche que ſe engendra en ellas, en eſpecial ſeran tales quando eſtan las tetas, o vbres, con leche, ſon difficultoſas de digerir, empero engendran buen nutrimẽto, y mucho, y mas digeſtibles ſeran quando tienen leche, y de mas facil deſcenſo y diſtribucion. Y anſi lo dixo Raſis en el. 22. del continente, cap. 480. La teta es fria y ſeca, porq̃ es muy nerulosa, y ſi en ella vuiere leche, ſera preſta de digerir, y de loable ſuſtancia por ſu templada complexion. Deueſe comer con eſpecias, porq̃ no ſe tarde en el eſtomago. Lo miſmo dixo Galeno antes que todos, en el tercero

Raſis. contin. 22. ca. 480.

Gal. 3. de ali.

cero de alimentis. Lo mismo Auicena en el segundo canon, cap. 46. Las tetas tienen buen nutrimento, y si tienen leche, grueſſo. Empero Ioan Vrſino poeta, y medico ſingular, affirmo que las vbres con leche, eſpecial las de la puerca, ſon deleytoſas al guſto, y que mantienen el cuerpo de vn mantenimiẽto ſubtil y guſtoſo. E porende dixo en ſus elegias. *Auic. 2. canõ c. 146.*

Lactea delectant ſed aquoſis vbera ſuccis
Corpus alunt, Romæ gloria prima ſuis.

En lo qual ſe engaño, porq̃ como ſean de carne glanduloſa y neruioſa, no pueden dar mantenimiento aguoſo, ſino ſolido, y mucho mas ſi tienen leche. Los riñones fueron criados para limpiar el ſuero, o aguanoſidad dla ſãgre, ſon calientes y ſecos, y mas ſon ſecos, ſon miembros carnaſos y duros, como lo dixo Auicena enel tercero canõ capit. 18. y enel capit. 580. adonde dixo. Que por eſſo ſon de poco alimẽto, por *Auic. 3. canõ c. 18. et c. 580.*

que declinan a ſequedad, y dixo q̃ eran de horrible ſabor, de dura digeſtion, de tardo trãſito. Empero que los mas loables ſon los del cabrito de leche. La cauſa de ſu malicia principal es, porque ſe mantienen de la gordura que viene con la orina, fuera que de ſu ſuſtãcia ſon duros y grueſſos, y por eſto dixo Haliabbas, que erã mal cibo, por la qualidad de la orina.

Haliabbas.

CAPITVLO 42.

42. delos ojos y narizes, y garguero, y d̃ las de mas carnes ternillosas, y dela lẽgua en quãto cumplẽ por via de nutrimento.

LOS ojos ſe componen dẽ diuerſas ſuſtancias, como de la anotomia ſe pareſce, porque ſe componen de pelliculas, o tunicas, y de muſculos, y de humores y de gordura, y por ende como dize Iſac en ſus dietas particulares, tienen

nen diuersas cõplexiones y sustancias, porque por parte de sus humores son de naturaleza de agua, por parte de su sustancia gruessa y vntuosa son calientes y humidos, por parte de sus tunicas son frios y secos, y por esso dixo, que aunque es verdad, que por parte de su carne musculosa sean faciles de digestion. Empero por parte de su gordura tienen viscõsidad y pesadũbre, e indigestion, y por esso no se deuen comer sino guisados y preparados con vinagre, sal, perexil, pimienta, agengibre, o con cosas semejantes. Lo qual sintio el Galeno en el libro de euchimia y cacochimia, a donde dixo. *Oculos pauci quidem edunt, constituuntur enim ex diuersis substantiis.* Quiso dezir, pocos son los que comen ojos, porque se componen de diuersas sustancias. Empero en conclusion dezimos de las narizes y ansi mismo del garguero, y orejas y otras cosas ternillosas, que porque se com- *Isa. die. par.* *Galen. libr. de euchi.*

ponen de ternillas, que ſon cierta ſuſtã cia fria y ſeca compueſta de neruios y cuero, ſon difficiles de digeſtion, y engendran vn humor ſeco y malo, y que difficultoſamente ſe deſpide del eſtomago, eſpecialmẽte, ſilos tales miẽbros ternilloſos ſon de animales ſecos, como de cabras y vacas, porq̃ ſe engẽdra vn humor ſeco, grueſſo y viſcoſo ſiñ gordura, qual ſe engẽdra de pies y manos. Otra coſa ſeria ſi fueſſen las tales partes ternilloſas de animales de leche y jouenes, porque ſerian de mas loable mantenimiento, empero deuianſe comer con eſpecias y coſas aromaticas, como lo dixo Meſue, hablando de la nariz. La cauſa es, porque aunque parece que por razon de ſu ſequedad, no ſe auian de comer con eſpecias aromaticas, empero por razon de ſu xugo grueſſo, y viſcoſo, y de malina naturaleza, deuenſe comer con ellas, porque ſu ſuſtancia ſe ſubtiliza, y ſu malicia ſe

cor-

corrige,y anſi lo quiſo Raſis por autoridad del Meſue,enel 21.de ſu continẽ cap.60.y.61.Eſto dixo Iſac en ſus particulares,y Galeno enel lugar allegado. Del cuero deuemos dezir, que como ſea vna ſuſtácia entretexida de neruios y cárne, que cubre todo el cuerpõ y le ampara y ſeco de grueſſa ſuſtancia, terrena y dura, y por ende da mal nutrimento,como lo dixo Auicena.2.canõ. cap.552.a donde dixo. Que el cuero de los animalitos de leche,es mejor por razon que ſon humidos, empero que ſu nutrimento es poco y viſcoſo,ſemejante al nutrimento de los pies. En fin como dixo Raſis mas claramente enel.3. de Almanſor,cap.11.El cuero cauſa ſangre fria de mucha viſcoſidad, y haze opilacion,y por eſſo dixo Iſac en el lugar alegado,q̃ el cuero y narizes y orejas,y toda ſuſtancia de ternilla,ſe deuia preparar con vinagre,ſal,moſtaza,alcaraueа,pimienta,agengibre, por la razõ

Raſis. lib. con t.n.c. 61. et 62.

Raſis Gal.

Auic.

Raſis

dicha, empero deuense guardar de comer estos miẽbros, los q̃ fuerẽ flematicos, melãcholicos y gẽte gruessa, y por ende dixo Ioã Vrsino medico y poeta.

I. vrsino.

Delectent quamuis vdos damnamus o cellos
Damnamus neruos auriculasque simul.

De lá lengua deuemos dezir, que és vn miembro de carne espongiosa, y laxa, en el qual penetran venas y neruios, y finalmente es vna carne musculosa llena de humor aguoso y correntio, de la qual dixo Paulo Aegineta, que era blãda, y de poco nutrimento, y por esso se deue comer con mostaza, como lo dixo Rasis en el veynte y tres de su cõti. capitulo. 696. Empero dixeron Haliabbas, e Isac, que era vn mantenimiẽto blando, medio entre el gruesso y sutil, el qual por razon de su humidad aguosa y muy humida es carne laxa y sin sangre, e por ende se deue comer cõ açafran, agengibre, oregano, anssi lo quiso Vrsino poeta, pues dixo.

Paulo.

Rasis 22. cõt. c. 696.

Hal. 5. theo. c. 22.

Poeta 1. Vrsi.

Lin-

Lingua licet mollis licet et sit sanguinis expers.
Nolo tamen mensis hanc procul esse meis.
Imo placet sed iunge crocos & zinziber acre.

A donde dixo. La lengua aunq̃ sea mollicie, y sea de poca sangre, no quiero este fuera de mi mesa, pero adereceſe con açafran y agengibre, y pimienta y otras especias.

CAPITVLO

43. de la naturaleza de los pies, y cola de los animales en quanto alimento.

AVicena enel segũdo canõ, cap. 555. dixo q̃ los pies engẽdrãvn humor viscoso y no gruesso, pero es loable y đ pocas superfluydades, buenos de digerir, y la señal es, que quando se cuezen presto se hinchan, y presto se dissuelue y reblandescen, pero su mantenimiẽto es poco, engendran sangre fria y liuiana, y muy mas que la carne, los pies delan

delanteros, ſon mas loables que los tra
ſeros por eſtar junto al coraçõ, el qual
con ſu calor les conſume mas ſus ſu-
perfluydades dan como digo alimen-
to viſcoſo y no grueſſo, por lo qual pre
Halia. 5. theo. cap. 22 ſto deciẽdẽ del eſtomago por ſu viſco-
ſidad. Eſto dixo Haliabas enel quinto
de ſu Theorica, cap. 22. Deuenſe eſco-
Raſis 23. cõ. c. 661. ger de animales mejores, como de car
neros, de puercos, terneros, cabritos,
deuenſe preparar con vinagre poco, y
açafran, porque ſe conſuma ſu viſco
ſidad, y comerſe en la primera meſa.
Raſis. 22. cõ. c. 327 De la cola dixo Raſis, que es de mas ſo
lido y firme mantenimiento que el viẽ
tre y tripas, y por eſſo es de mas diffi-
cil digeſtion, y de poco nutrimento, pe
ro por ſu mouimiento, es de poca ſu-
perfluydad. E por eſſo dixeron los mo
dernos, que era de conuenible mante-
nimiento, por ſu continuo mouimien-
to. Empero ſer de conuenible mante-
nimiento, no lo conceden muchos de
los

los phyſicos, eſpecialmente Iſac, que dixo, no ſolamente la cola es indigeſtible, poco ſabroſa, pero y todos los miembros que eſtan junto a ella por dos razones. La primera, porque eſtan diſtantes del coraçon. La ſegunda, por que eſta jũto a las vias de las ſuperfluydades de camara y orina, de donde adquiere vna mala qualidad. Y anſi dixo Raſis enel tercero ad Almanſorẽ, cap. 11. La cola es calida, daña el eſtomago, engendra haſtio y colera roxa. Y Galeno enel libro de euchimia & cacochimia, conto a la cola entre los miẽbros de mal xugo, y de difficil digeſtion, de mas que dixeron los philoſophos, que las carnes piloſas no carezcan de veneno, como ſon las cabeças y colas.

Iſaac pa. die.

Raſis. 3 ad alm. cap. 11.

Galen. lib. de euchi.

CAPITVLO 43. dela naturaleza de la pringre y ſangre.

Dixo

Gal. 3. de ali. c. 17.

DIXO Galeno en el tercero de los alimentos capitulo diez y siete. Toda sangre se digere cō difficultad, especialmēte si es gruessa y melancholica, qual es la de los bueyes. Empero la sangre de los animales mōteses, es de mas subtil sustācia, y mas loable, porque no comen mantenimiento mucho, y exercitanse de contino y respiran en ayre sutil y delgado. Por las contrarias razones es mala la sangre de los animales domesticos, porq̄ comē cosas gruessas en abundancia, de dōde se les atapā los poros y vias, y por ende se engendran enellos muchas cosas podridas y superfluas, y porq̄ se exercitā poco, y porque respiran en poco ayre y gruesso, y enel libro de attenuante victu, cap. 8. todo vso y costūbre de comer sangre se due euitar y mas en las dietas subtiles, y an si dixo Rasis. Toda sangre es de difficil digestion, especial la que es gruessa q̄ declina a colera negra a manera de sangre

Galen. libro. de atte. uí.

Rasis 22. del cont. c. 308. ex paulo.

gre de Toro, y por esso se deue huyr, aunque muchos hazen morcillas de sangre de puerco, mezclando con ella leche y gordura con simiente de hinojo para en tiempo de inuierno, no sabiendo quanto daño y mal se sigua de la tal comida, y por esso la deuen euitar todos los hombres, en especial los holgados y ociosos, y que no trabajã ni se exercitã. Dela pringue đuemos dezir cõ Serapiõ por autoridad đ Galeno, q̃ si la pringue fuere đ animal humido, se engẽdra gordura, o enxũdia, como en el puerco. Empero si fuere en animal seco, como en buey, o cabra se engendra sebo, y esto es lo que dixo Haliabbas en el quinto de su Theorica, capitulo veynte y dos. La complexiõ dela pringue, que es la enxundia, es calida y humeda, empo el sebo es mas caliẽte, menos humido q̃la pringue, o ẽxũdia, mas ãsi la pringue como el sebo son flema y humidad superflua, relaxã el esto

Serapius, vialo no avia oydo la

Halia. 5. theo. c. 22.

el estomago, presto se alteran, dan poco mantenimiento, engendran sangre ruyn, y no lo able, causanse d̃la frialdad delas mẽbranas, o paniculos. Porq̃ antes q̃ la gordura se cõgele de la tal frialdad es como azeyte, y por ende, como por la frialdad se congela y quaja, ansi, por el calor se derrite, y resuelue, porlo qual cerca de los miembros calidos no se haze pringue ni sebo, como junto al coraçõ, al higado, a la hiel, por lo qual se sigue, que ansi la pringue, como el sebo, es caliente, y humida, aunque el sebo es mas caliente que la pringue, o enxundia. Por lo qual dixo Isac, que toda la pringue, o sebo de su propriedad es malo al estomago, y dañoso a la digestion. Lo primero, porque por su leuedad nada en el estomago. Lo segundo, porque quando se junta con otro manjar, el tal manjar quando se digiere, relaxa las hebras del estomago, hazele lubrico, y correntio, por lo qual debilita

a la

a la virtud contentiua, y fortifica a la expulsiua, y mas en los estomagos frios porque en los calidos las cosas vntuosas se conuierten en fumosidades, y colera, porque el calor del estomago se enciende mas con la pringue y vnto, assi como el fuego exterior, y por esso fue parescer de Isac. La pringue, agora sea carnosa, agora sea sin carne, es de poco y mal alimento, engendra opilaciones, y ayuda a acrescetar los humores flematicos. Lo mismo dixo Auicena en el segũdo canõ, cap. 146. La pringue y sebo son de mal nutrimẽto, ypoco, leuãtã el cibo, y sino fuere en poca quantidad, no son conuenibles. Finalmente, como el mismo lo dize, todas las cosas vntuosas derriban el appetito, y le debilitan, porque le relaxan, y por ende corrompẽ los orificios delas venas, por lo qual no se deuen vsar cosas de pringue, y mucho menos de sebo, sino es por via de hazer algũ guisado en poca quãtidad.

simil

Isac. p. diet.

Auic. 2. canõ p. 156.

CAPITVLO

44. de la complexion de los hueuos.

LO que es ſimiente en los animales pedeſtres, es hueuo en las aues, por que anſi como la ſimiente ſe haze de lo ſuperfluo del alimento de la poſtrera digeſtiõ de los miembros. Anſi ni mas ni menos los hueuos ſe hazen en las aues de lo ſuperfluo de la vltima digeſtion de los miembros. Son los hueuos comunmente reputados a par de los phyſicos por templados y ſemejantes a la complexion y temperatura humana. Empero eſto ſe deue de entẽder de ſus yemas, porque ſon caliẽtes y humidas templadamẽte, y no en exceſſo, y por eſſo ſon muy faciles de digeſtion y engendran mucho nutrimento loable y ſangre buena, y ſon de facil penetracion. Empero la clara es fria y humi

da

da con parte terrestre, y por ende es de difficil digestion, mantiene poco, y no engendra sangre loable, son los hueuos mejores los de la perdiz, y de la gallina porque son de muy mas facil digestiõ y penetracion, y de presta conuersion en loable sangre, que ningunos d̃ mas, fuera de esto engendran mucha esperma, y son prouocatiuos de coyto, como lo dixo Auicena en el segundo canon, y Rasis en el tercero de Almansor, capitulo, 14. y Galeno en el quarto de simplicium medica. faculta. Adonde dixo, que la clara del hueuo se compone de substancia de ayre, y de tierra, y de agua, como el olio. Empero que tiene mas de substancia de tierra, que el olio, y por ende que tiene terrestridad y grosseza, y viscosidad, es difficil de digestion. Y por esso dixo en otra parte, que las yemas de los hueuos se deuen dar a los flacos, porque su clara es difficil de digestion.

Auic. 2. canõ. c. 5. Rasis. in 3. c. Ga. 4. de simplici.

i de Gal. dibi.

Y dizese, que por esperiencia esta comprouado que el hueuo mezclado con poluos de encienso, quita la lagrima del ojo, ansi lo dixo Ioan Vrsino en su prosopopeya.

Lippe meis ouis mannam cum polline thuris
Adde nec ex oculis diffluet unda tuis.

CAPITVLO

45. Quales son los mejores hueuos.

DOS condiciones requisitas han de tener los hueuos para ser buenos, y de buen mantenimiento, y faciles de digestion. La primera, que sean de aues escogidas y loables, de edad florida, gruessas, que se ayunten con machos. Por ende los hueuos de perdizes, y de gallinas nueuas gordas que se ayuntan con gallos, son los mejores. Los demas hueuos de las otras aues, no son loables, por

por la mayor parte, porque los hueuos de la Aueſtruz, o del ganſo, ſon de mal nutrimento, y de graue olor, de difficil digeſtion. Empero deſpues de las perdizes y gallinas, ſon mejores los de los anades, luego los de los anſares, peores los de la Aueſtruz, y mucho peores los del pauon, ſon demaſiadamẽte calidos los de los paxaros. Lo qual dixo Galeno en el. 3. de alimentis, cap. 21. Los mejores hueuos ſon los de las gallinas y fayſanes, los peores los delos anſarones y aueſtruzes, ni mas ni menos los hueuos de las gallinas viejas, o perdizes viejas, porque ſon graues y peſados y de poca humidad. La ſegunda condicion, que ſean reziẽtes, porque los tales hueuos ſon de mas abundante calor. Lo qual ſe pareſce por ſu acceptable olor y ſabor, por lo qual dan buen nutrimẽto y conforta el calor natural. Los hueuos viejos ſon muy malos y engendrã vna ſangre corruptible, porq̃ ſu calor

Gal. 3. de ali. c. 21.

natural se disminuyó y recibieron vn calor natural del ayre exterior, por ende engendran vnos humores muy faciles a corromperse. Y quanto mas viejos, tanto mas peores. Lo qual dixo el Galeno en el tercero de Alimētis, cap. 21. Los hueuos muy buenos son los muy rezientes, empero muy malinos los viejos, y los q̄ fueron medios quāto mas se allegarā a los extremos, tanto mas ternāde malicia, o bōdad. Pues luego concluyamos; que los hueuos de las gallinas rezientes son los mejores, y que los de las otras aues son malos, y aunque los de los anadones, y ansarones tengan alguna bondad, son duros y graues de digerir, y peores los de la auestruz, porq̄ son mas duros, d̄ mal nutrimēto, y de mal olor. E muy mas peores que todos los de las aues son los del pauō, por el horrible olor de su carne, y porende son indigestibles y differentes de la complexion humana.

Gal. 3. de ali. c. 21.

Cap.

CAPITVLO

46. Como se deuan cozer los hue uos para que sean conueni bles a la salud.

LOS hueuos son templados en calor y humidad, y mas conuenibles a la humana cõplexiõ. Los quales, como se puedã preparar ẽ dos maneras, enagua al fuego, o immediatamẽte sobre el fuego, y desta manera, o encima de las bra sas, o enel rescoldo. Item quando se pre paran, o se q̃dan medio crudos, no mas que escalentados a la lũbre, o muy assa dos, o cozidos, hasta q̃ se paren duros, o ni muy duros ni muy blãdos, sino me dianamente assados, o cozidos, q̃ se dizẽ hueuos sorbiles, o tremulos. Quanto alo primero dezimos, q̃ los hueuos cozidos en agua son los mejores, porq̃ en la agua se conserua su humidad, y se

hazen mas faciles de digestion, y pierden en la agua el graue olor, si alguno tienen, y como los que se cuezē se pue-
dan cozer cō caxcara, o sin ella, los hue uos que se cozierē sin caxcara son mas loables, porque se exhala su vapor y humo, y se penetrā de la agua, por lo qual adquieren vna humidad suaue, y su sustācia se adelgaza y attenua mas, y por ende se hazen mas faciles de digestion, y engendran mas loable sangre. Los q̄ se cuezen con caxcara son peores, porq̄ la caxcara detiene sus fumosidades, y los haze ser mas gruessos y que engendran ventosidad y aggrauan el estoma-
Isac. 5. de uniuersales, cap. 17. go, como bien lo dixo Isac en sus *do. cap. 17.* Empero los hueuos assados son mas gruessos que los cozidos, y de mas dura digestion, porque en el fuego adquieren calor y sequedad, y por ende su humidad natural se consume, especial si se assan debaxo de rescoldo, o ceniza feruiente. Porque como cubiertos

biertos no se exhalen, ni su olor graue salga a fuera, bueluense peores. Pero si se assan sobre braisas, exhalase su olor malo, y sale su vapor y humo, y ansi son mejores que cubiertos y de mejor mãtenimiento. Empero los hueuos medio crudos, o poquito assados, o cozidos, no son de desechar, y dan mucho nutrimẽto, como lo dixo Serapiõ, el hueuo medio crudo da mucho mantenimiento, y mas q̃ cozido de otra manera. Y ansi dixo Rasis. Los hueuos blãdos son prestos para descender, y son conuenibles a los que les salio mucha sangre, y alos que se les disminuyeron las fuerças, empero los hueuos que se cuezen, o assan hasta que se paran duros son difficiles de digestion y desecan, detienense mucho en el estomago, aggrauan el vien- y tripas, son de mucho mantenimiento, aunque no bueno, son vẽtosos. Esto dixo Galeno enel tercero de alimẽtis, capit. 21. y enel libro de bono, & malo succo

Gal. 3. de Ali.

ſucco, cap. 3. E Iſac en las vniuerſales. Empero los hueuos tremulos que ſon medios, entre los duros y los blandos, conuiene a ſaber, que no eſtan duros, ſino quajados ſon đ muy buen nutrimẽto, faciles de digerir y de penetrar por las venas, pero no dan tanto nutrimento como los duros, ſon muy medicinales, para la aſpereza del pecho y de la caña del pulmõ, como lo dixo el Galeno en el libro de euchimia & cacochimia, y en el. 3. de alimentis. Pues q̃ diremos đ los hueuos fritos cõ azeyte, ſino q̃ ſon peores q̃ quãtos ay aparejados de otra manera, porque luego ſe conuierten en colera y en humos nidoroſos, corrompen todos los de mas manjares que hallan en el eſtomago, aggrauan el vẽtriculo, y corrompenſe preſto, engendran enhaſtio, dan grueſſo y mal mantenimiento, eſto dixo Galeno dellos en el tercero de alimentis, e Iſac en la doctrina. 5. cap. 17.

Galen. ibi.

Iſac. doct. 5. cap. 17

Cap.

CAPITVLO

47. De la leche.

LA leche segun que he leydo, no es otra cosa sino sangre segunda vez digerida y conuertida en humor blāco en las teras, es semejante en su complexion templada a la complexion de los cuerpos humanos. Y por ende es para ellos vn conuenible y loable nutrimento. Empero, porque los modernos vsando della mal, y de las cosas que della se hazen, como de queso, naçulas, quajada natas, sean hallado mal, y con muchos achaques y enfermedades, por esso la han condenado por mal mantenimiento, la qual opinion se deue tener por falsa y erronea, porque como sea nutrimēto ordenado de la naturaleza para mātener: es de necesidad bueno y loable, el q̄l haze sangre en abūdācia y aumenta el celebro y es muy propinquo para se conuertir en sangre, como lo dixo Auicena

Auicena en el ſegundo canõ, cap. 449. Adonde aduierte, que aunque la leche ſea ſangre otra vez cozida, empero en la ſegunda decoction, o digeſtiõ, no adquiere mas calor, mas antes frialdad por la carne glanduloſa, fria, y humida de las tetas. Y por eſſo dixo el Concilia dor en la differẽcia. 147. *Et ſi lac ſit ſanguis ſecundo coctus ſecunda coctio ei non calidatem ſed potius infert frigiditatem propter mamillarum carnem glanduloſam, frigidã & humidam.* De donde ſe ſaca, que la leche adquiere en las tetas frialdad. Y anſi como el eſpiritu animal ſe digiere dos vezes, la vna enel coraçon, la otra enel cerebro, anſi la leche ſe digiere, o cueze dos vezes, vna vez en el higado, y otra vez en las tetas, por lo qual la leche fue y es juzgada por fria y humida, y no por caliente, como lo penſo Iſac. Y deſte pareſcer fue el Galeno en el. 4. de ſimplicium facultatibus, cap 16. y Haliabbas en el 5. de ſu Theorica, cap. 26. y Ra

y Rasis ad Almansorem en el cap. 15. A donde dixo La leche rezien ordeñada, es cercana a temperamẽto, aunque se allegue y decline a frialdad y humidad, porq̃ se da a los ptysicos, a las tossses secas, al ardor dela orina, y tiene marauillosa operacion para los tales accidentes. Las quales propriedades no tuuiera sino fuera fria y humida. Y tambien lo dixo Serapion enel capitulo de prouocantibus lac. Lo qual se prueua tambien ansi, porque la leche tiene tres sustancias, vna mantecosa, que es la nata, otra caseosa, o de queso, otra sustancia de suero. La sustancia pingue de nata, es templada en cumplexion de las quatro qualidades, la sustancia de queso es gruessa y fria, la del suero es fria y humida, porq̃ es la agua del queso, por lo qual como sea fria por dos partes, resta que la leche es fria y humida. Empero, porque dixe que el suero era frio algunos physicos dixeron ser caliente, de la

Rasis. ad Almo. lib. 3. cap. 9.

Serapion.

Auic. 2. canõ lib. 8. Rasis cõt. 20. & 12. Auic. 18. ter. c. de apost. rẽ

de la qual opinion paresce auer sido Auicena en el segundo canon. 8. libro capitulo de lacte, y Rasis tambien paresce que lo quiso en el continente, libro veynte, Adonde dixo que no conuenia en las fiebres, pero en el 12. dixo que era frio. Y el mismo Auicena in 18. tertij capitulo de Apostemate renũ, dixo tambien, que el suero era frio. Empero esta contradicion se suelta desta manera. Que el suero de suyo es frio, porque es agua del queso. Empero por razon del quajo es calido, porque la flor con que se quaja, la qual es del camaleon que se dize cardo ajongero, que no tiene alcarchofas, es calida, y el suero ansi sacado es calido. Otra cosa sera quando se quaja el queso con oximel, pues entonces el suero que sale del es frio.

cõcurbia

CAPITVLO

48. de la qualidad y quatidad del nutrimento que se haze de la leche.

DE vno de ~~tres~~ dos animales deue ser la leche excogida, de muger, de borrica, qualquiera destas leches si se toma en estomago y cuerpo limpio de malos humores es loable, de muy buē nutrimēto, y que fermosea el rostro y cuero, dando buen color, y engorda por su humidad, conuiene a los calientes y secos de su complexion, y a los viejos, a los ptysicos es muy conuenible, y assi dixo Galeno en el quinto de sanitate tuenda, que la leche es solutiua de vientre, da mucho alimento, y mantiene bien, conuiertese velozmente en sangre por ser en su substancia y complexion muy cercana a ella, aumenta el ce

el celebro y la esperma, como lo dixo Rasis en el tercero ad Almansorem, capitulo. 15 y Auicena en el segundo canon cap. 449. a donde dixo. La leche yguala y conforma los humores, conforta el cuerpo, y alimpiale. Finalmente, si el cuerpo esta limpio, y la leche se digiere, o cueze, da mucho mãtenimiẽto, engendra loable sangre, augmẽta la carne, humedece loablemente el cuerpo, enterneſce la carne, y haze hermoso el cuero.

Rasis. 3 ad Alm. cap. 15. Auic. 2. canõ. c. 449

CAPITVLO 49. de las especies de la leche.

ENTRE las leches, la mas templada, y la mejor y mas semejante a la complexiõ humana, es la de la muger, despues della la de la borrica, y despues la de la cabra, y luego la de la oueja, y luego la de la vaca, y luego la de la puerca, y en general se deue tener esta regla, que

que aquella leche de qualquier animal para ser la mejor y mas escogida, deue tener estas cõdiciones, el color muy blãco, claro, sin amarillez, sin rubor, sin liuor, buẽ olor, y suaue, que no sea graue ni ascherosa, ni huela a otra cosa, en sustãcia mediana, quiero dezir, que ni sea grueſſa ni delgada, de suerte, q̃ si se echa vna gota sobre la vña, o vn espejo, se quede acontinuada, y abaxo ancha, y arriba agueda, o apiñada. Su sabor que sea acceptable, sin sabor de sal ni vinagre ni amargor, sobre todo sea ygual en su corpulencia, y que si se echa sobre cosa terſa y solida, se quede alli fixa, y no se deue tomar luego despues del parto, sino por lo menos despues de quarẽta dias, como lo dixo Haliabbas en el. 5. de su Theorica, cap. 26. y deue de ser rezic̃ ordeñada antes que se altere del calor, o frio exterior, porque es muy facil alterable, deue ser de animales gordos que se apacientan de buenas yeruas, y

Halia. 5. theo. cap. 25.

de edad florida: y que no aya mucho tiempo que ayan parido. Y anſi dixo Iſac, q̃ nadie deuria beuer leche de animal, del qual no ſabe que yeruas paſce, porque ſi paſce yeruas menudas rezien nacidas, tiernas, mejor leche terna, ſi paſce yeruas ſecas eſtiticas, ſera buena para confortar el eſtomago, y para camaras, como la leche de la cabra, porque paſce extremidades de ramos. Pero ſera abominable leche la del animal que paſce yeruas purgatiuas venenoſas, como lechetrezna, tartagos, toruiſco. Haſe tambien de conſiderar el tiẽpo, porque la leche del verano es mas templada, anſi por la templança del tiẽpo, como por la naturaleza de la leche pues como no eſta jũto al parto ſera menos ſuperflua, porque por auer ya algunos dias que paſſo el parto, auraſe conſumido la humidad ſuperflua que quedo del parto, y deſecar ſea, y quedara la humidad natural y ſuſtancial. Empero la leche del otoño es grueſſa, multi-

plicatiua de ventosidades, muy llena de sustancia de queso gruessa, que con dificultad se digiere, cercana a podrecerse. Empero la del principio del estío, es mediana entre gruessa y delgada, ni aguosa, o serosa, ni caseosa. La leche del inuierno es muy mala, es muy gruessa, sera por la distancia del parto. Por ende se consumio su humedad natural como lo dixo Auicena en el segundo canon, capitulo. 449. Pues luego para que la leche pueda ser del todo buena, deue tener en si estas condiciones. Empero la que no las tiene es mala y dañosa, porque si es gruessa, engendra piedra en los riñones, y no es buena para cholera, enciende el estomago, y renes, haze ardor de orina, y opilaciones en bazo y higado, a los que estan aparejados para ellas. Especialmente si es leche cercana al parto en la postrera parte del estio, o en el otoño, o inuierno, y si es la leche de animales,

Auic. 2. cano c. 449

cuya carne es fetida como de leona, o de perra, o de animal, cuyo parto es largo mas q̃ el de la muger. E si la leche fuere azeda como vinagrosa tambiẽ es dañosa, sino fuere en los estomagos calidos y cholericos, pero en los de mas es mala. Porque como dize Auicena en el segundo canon en el capitulo alegado, es fria y seca, inobediente a la digestion, aggraua las enzias, daña el estomago. Finalmente engendra humores crudos. Lo mismo dixo Galeno en el tercero de alimẽtis, cap. 15. Y deuese tãbien aduertir, que la leche de la qual hã sacado la nata que se dize leche desnatarada, es fria en d̃masia, trae y acarrea muchos daños. Y tambien la leche que comunmente se vende, porque ha mucho que se ordeño es tambien dañosa, y engẽdra piedras de riñones, y es gressa, difficil para digerir, y haze mas nutrimẽto, especial si el estomago esta occupado. ¶ Esto suppuesto, yoluamos al prin-

Auic. canone 2º c. 449.

Gal. 3. de ali. c. 15.

principio diziendo. Que la leche de la muger es de mas sutil sustancia, y mas propinqua a los cuerpos humanos, y mas templada y de mejor mantenimiẽto que ninguna otra leche. Y por esso dixo Serapiõ, que la leche de la muger es mas saludable, especialmente de la sana y moça y no anciana, sino de edad juuenil y hermosa, templada de cõplexion. Al fin cõcluye que es mas dulce y de mas nutrimento que toda leche. *Serapi. c. lebẽ.*

Esto mismo dixo Galeno enel septimo del methodo, en la cura de la sequedad del ventriculo. Tras la de la muger, es segunda en bõdad la leche de la burra, porque esta es la mejor de las de mas, y ansi lo dixo Galeno en el lugar acotado. Y Auicena en el segundo canon, diziendo. La leche delas burras es menos mantecosa y de menos nata, es de sustancia sutil. La leche de las cabras es templada y moderada, entre gruessa y delgada. La de las vacas es muy mantecosa *Gal. 7. metho. Auic. 2. canõ. Gal. ibidẽ. Burras. Cabras. Vacas.*

y gorda. La de las ouejas es gruessa mucho. Y por esso dixo Galeno en el libro de bono & malo succo, en la leche de las burras ay demasiado suero, y en la d̃ las camellas, en la de la oueja mucho de sustancia de queso, y por ende es gruessa. En la de la vaca mucho de vntusidad y de mantecosidad. Pero la leche de las cabras, es moderada, y grande mediocridad de sustancia, y qualidades. Y ansi para los sanos es muy conuenible y mas que ninguna, excepto la de la muger, auuque para los flacos y magros que quieren engordar, mejor es la de la vaca, por ser tan mantecosa, como lo dixo Almans. en el tercero

Galen. libr. de euchi.

Rasi. 3. ad Almanso.

CAPITVLO

50. de las obseruancias que deue auer despues de comida la leche, o las cosas de leche.

Dixo

DIXO Auicena en el ſegundo canon, cap. 444. Conuiene que el q̃ come la leche, huelgue deſpues de la auer comido, porq̃ no ſe corrompa ni ſe azede, ni tampoco conuiene dormir ſobre ella, ni que reſciba otro mãjar. Primero que deſcieda la leche a las tripas, ni ſe deue beuer vino porque la altera, y la quaja, y la haze penetrar por las venas indigeſta, como pareſce que lo ſienten los phyſicos modernos, eſto es quãto a lo primero. Quanto a lo ſegundo, que no es menos neceſſario que lo primero es, que deſpues que ſe aya tomado la leche ſe lauen los dientes, y las enzias cõ vino, o cõ aguamiel, o cõ otras coſas anſi ſemejantes que alimpiã, porque dixo el Galeno en el quinto de ſanitate tuenda. *Noui autem quemdam cui ex lactis vſu dentes omnes perierunt, id quod eà de cauſa contigit multis aliis.* Como ſi dixera. Conoſci a vno, el qual ſe le perdieron los dientes por el mucho

Gal. 5. de ſanitat. tuenda.

vso de la leche, cosa q̃ a otros muchos
Isac. acaescio. La causa, como dixo Isac en
sus particulares, es porque como engẽ-
dra en las enzias relaxaciõ, y las empo-
dresce, porque relaxadas presto se em-
podrescen. Por ende necessario es, q̃ se
laue la boca cõ aguamiel, o con vino, o
con oximiel. Lo qual mando tambien
Gal. 3. el Galeno en el tercero de alimentis. c.
de ali. 14. Porque lauando las enzias con estas
c. 14. cosas, sale a fuera la viscosidad, o super
fluydad que se quedo entre los dientes
la qual causa relaxacion y putrefacion.
Auic. Y por ende dixo Auicena enel lugar a-
ibidem. cotado. La leche daña a los dientes, cor
roelos y horadalos, y consumelos, y re
laxa las enzias. Por ende lauese la boca
con vino, o oximel. Y no solamente se
entiende esto de la leche, mas empero
y de las cosas que se conficionan della,
porque despues de comidas se apegan
a los dientes y se hazen vnas vescosida
des y podredumbres fetidas que corrũ

pen

pen,relaxan las enzias, dan mal olor a la boca. Cõuiene pues que ſe laue luego con alguna delas coſas que auemos dicho.

CAPITVLO

51.de los daños que ſe ſiguen del çontinuo efrequente vſo de la leche.

AVnque tomada la leche en conueniible cãtidad y no ſiempre,no pueda dañar en manera alguna, mas antes aprouechar,pues tomada deſta manera,como lo dize Iſac en el miſmo lugar acotado,engendra loable ſangre,humedeſce el vientre, ayuda los pulmones y vexiga , engorda el cuerpo, clarifica el color,y haze otros muchos prouechos. Empero el continuo vſo della,en eſpecial tomandoſe en mucha copia y abundancia , haze y cauſa muchos daños y peligros,y eſto mas por parte de quien

lo toma que no por parte dlla, por parte de quien lo toma, porque no tiene el estomago y venas limpias de superfluydades, ni de malos humores. Por lo qual allende que daña tanto a los dientes como auemos dicho, no es bueno para las entrañas, aunque la leche de cabras no sea tan dañosa, offende las tripas y humedescelas, y las relaxa. Por lo qual los que tienen el vientre, estomago, tripas, debiles y flacos, no vsen ansi della como los de mas hombres, ni tampoco vsen della los que tienen las venas angostas, y estrechas, especialmente si son viejos y frios, porque les causara opilaciones, ansi en baço como en higado, como en las venas miseraycas: y por la misma razon causara piedra en los riñones, especial si la tal leche es grueſſa, como lo dixo Haliabas en el. 5. d su Theorica. c. 26. La leche en la qual ay cierta sustancia de quajar y congelar, es mala, porque la tal sustãcia

Halia. 5. theo. c. 26.

engen-

engẽdra opilaciones en baço y higado, y piedra en riñones y vexiga. Y mucho mas obrara esto si se comiere mezclada con otros manjares grueſſos. Y tambiẽ como dixo Auicena enel lugar acotado, es mala para los neruios y para ſus enfermedades, eſpecial ſi fueré frias y flematicas. Haze tãbien eſcuridad en los ojos, y aun muchas vezes calenturas. Por lo qual, no conuiene acoſtumbrar leche, ni tomarlo ſino con eſtomago vazio y limpio de malos humores, y ſea de alimañas ſanas, y no mucha, ni contino. Es cõuenible a los ya varones de edad madura, y a los viejos de complexiõ caliẽte y ſeca y no flematicos, ni q̃ tengã el eſtomago lleno de malos humores cacochimicos, ſino limpio, menos cõuiene a los mãcebos, porq̃ eſſos ſe cõuierte en colera, por el calor mordaz q̃ en ellos ay: Ni tãpoco alos flematicos y frios de eſtomago, porq̃ no es baſtante ſu calor a conuertir la leche en ſangre

ſangre conuenible, ni conuiene a los q̃ tienen los hijares hinchados de ventoſidad, o aparejados para ello, como lo dixo Galeno enel quinto de ſanitate tuẽda. Finalmẽte, ſi la leche no ſe digiere en el eſtomago ſe conuierte en vno de dos, o en azedia, ſi el eſtomago es frio, o en fumoſidad y amargor, ſi fuere calido. Lo qual acaeſce quãdo el eſtomago eſta frio por flema que ay en el, o quando eſta calido por cholera: porque ſi el eſtomago fueſſe calido de ſu complexion, entonces conuerniale. Porlo qual no cõuiene ſino en eſtomagos limpios y vazios de malos humores. Eſto ſintio Auicena en el. 2. canon, cap. 444. Eſto Iſac en los vniuerſales, cap. 17.

Gal. 5. de ſani. tuend.

Aui. 2 canõ. c. 444.

Iſac. di vni. c. 17.

CAPITVLO 52. como ſe deua preparar la leche.

Como

COMO del tomar la leche en desmoderada quantidad y sin sazon, o tiempo se sigan muchos daños y documentos, porque en general tomada desta manera aggraua la naturaleza, haze daño en estomago y cabeça, por esso con seguridad auemos de empeçar en poco y paulatinamente yr a mayor quantidad, segun que el estomago lo requiera. Y por esso cõuiene que la leche se tome rezien ordeñada de la teta, porque ansi es mas dulce, de mas nutrimẽto, mas liquido, mas facil de se conuertir en sangre. La razon es, porque la leche es muy facil de se alterar y se corromper por la delicadez de su sustãcia. Lo qual se paresce por experiẽcia, pues tan presto se azeda. Por ende si la tal leche no es ansi no se quajara, especialmẽte conuerna echarse si fuere gruessa tomada de otra manera, luego se quajara y hara pesadumbre en el estomago y ahogamiento en la garganta, como lo

dixo

Isaac diet. vniuersal. dixo Isac en las vniuersales, y Galeno en el septimo del methodo, y enel libro de bono, & malo succo, cap. 3. Y deueſe tomar en ayunas de mañana, y no ſe deue tomar otro manjar hasta que ſe aya digerido y deſcendido a las tripas, no ſe deue comer con coſas azedas, ni con peces, porque ſe engendrara lepra, y otras enfermedades

CAPITVLO

53. De la leche quajada, y naçulas, natas, naterones, requeſones.

TODAS las coſas hechas de leche ſon dañoſas, y mucho hierran los nobles y grandes en las comer, eſpecialmente comiendo las tales viandas a la poſtre de otros manjares, no ſabiendo que comiendolas anſi corrompen y alteran los manjares que primero toma ron por muy buenos que ſea. Porende dixo Platina. La leche quajada, que ſe llama

llama requesones, o naçulas, o natas, o quajada se deue comer al principio de la mesa, porque despues de la comida, o luego se empodresce y corrompe, o haze descender el manjar crudo, e indigesto, ya llẽde que haze gruedad y pesadũbre en el estomago, embia humos a la cabeça, dende procede ahogamiento, angustia, es duro de digestiõ, y peor q otra ninguna leche, engendra gruessos humores, haze hastio, y camaras de lienteria, còmo lo dixo Isac enlas vniuersales dietas, cap. 57. Y tambiẽ Rasis en el. 3. ad Almans. c. 15. adõde dixo. La leche quajada da hastio, es graue y pesada, y no mueue el apetito, comoes el q̃so fresco. Empo de la nata, o mãteca que diremos, sino que es en la leche la parte mas vntuosa, y mas caliente y humeda y de mas nutrimento que la parte de queso, como lo dize Isac en la doctrina quinta. Suele hazer se aquesta nata de la frialdad de partes de noche, con-

Isaac. di. uni. cap. 57

Ras. 3. ad Al manso. c. 15.

Isaac. doctri. 5.

uiene

uiene a ſaber, es aquella parte que nada por encima de la leche, y por eſſo ſe llama nata, y es vna coſa muy preciada d̃ los goloſos y comedores, no ſabiendo que aunque es guſtoſa y ſuaue al paladar, empero que relaxa las hebras y inſtrumẽtos del eſtomago, y que porque es de la qualidad y ſuſtãcia del ayre, anda nadando ſobre los de mas mãjares, como el azeyte ſobre la agua, por lo qual ſe pega en los manjares vna viſcoſidad, por la qual los manjares ſe hazẽ mas grueſſos y deleznables, y por ende preſto deſciendẽ del eſtomago a las tripas, antes q̃ ſe digierẽ, y como ſea caliẽte y humeda, y mollificatiua, no es approuada de los phyſicos por via de mãtenimiento, porque ſobre manera relaxa el eſtomago. Y anſi dixo Auicena en el ſegundo canon, cap. 115. y Raſis en el tercero a Almanſ. cap. 15. *butirum etiam coctum ſtomachum debilitat, & dura mollificat.* Por lo qual ſe deuen guardar della, en eſpe-

Auic. 2. canõ. c. 115.

Raſi. 3 ad Almanſo. cap. 15.

en eſpecial los flematicos y perſonas grueſſas porque engorda mucho: ypor ende los muy magros podran vſar della al principio de la comida cõ mas ſeguridad. De los requeſones ay poco eſcripto de los antiguos, pues tambien ſon comprehendidos debaxo de la leche quajada ſin ſal. De los quales dixo Auicena en el ſegundo canon, cap. 128. *Recocta minus eſt nociua ſtomacho quam caſeus nouus.* Quiere dezir. El requeſon menos daño ſo es para el eſtomago, que el queſo freſco. E por eſſo dixo Haliabbas en el quinto de la Theorica, cap. 26. *Quando excoquatur lactis aquoſitas remanet coagulatiua ſubſtantia que vocatur in noſtro vulgari, recocta, &c.* Quiere dezir. Quãdo ſe cuela la agua de la leche, que es el ſuero, queda en el coladero vna ſuſtancia quajada y condenſada, que en nueſtro vulgar ſe llama recocta, o requeſõ, eſta tal ſuſtancia mãtiene el cuerpo de vn mantenimiẽto bueno y cõuenible:

Requeſones

Auic. canõ. 2. c. 128.

Halia. 5. theo. cap. 26.

y es vtil a los hombres de eſtomago caliente, y a los que padeſcen camaras de cholera, en eſpecial ſi los tales requeſones ſon de leche de vaca, porque ſon ſaludables a los hombres ſanos. Empero no ſe digieren en eſtomagos frios. Lo mismo ſintio Raſis en el tercero a Almanſor, cap. 15. adonde dixo. Maſſal, q̃ ſe expone recocta, o requeſon: enfria fuertemente, reprime, y amanſa la ſed, y tiempla la cholera, empero es malo para enfermedades de frio y para los neruios. Eſto dixo Raſis, de donde ſe infiere contra Platina, que los requeſones ſon frios y humidos.

Raſis. 3 ad Al. c. 15.

Errores Platin.

CAPITVLO 54.

Del queſo reziente. *Queſo.*

EL queſo reziẽte tiene muchas diferencias, porque vno es reziente, otro

otro es añejo, otro es medio, entre el reziente y el añexo. De lo reziente, vno es sin sal, otro salado. Item ay muchas differencias en los quesos por parte de la leche, pues vno es queso de leche de ouejas, otro de leche de cabras, otro de vacas. En quanto a las qualidades auemos de dezir conforme a Auicena en el segundo canon, capitulo 128, que el queso fresco y sin sal, es frio y humido en grado tercero y nutritiuo, y que biẽ engorda. Empero dize que es dañoso para el estomago. En lo qual paresce cõ tradezir a los mas physicos, mayormẽte a Dioscorides que dixo: que el queso fresco es bueno para el estomago. Y al Galeno en el 3. de alimẽtis, cap. 16. Pues dixeron. El queso fresco y sin sal que se dize oxigalactino, es el mejor de los q̃sos, porq̃ es muy deleytoso para el gusto, y no es dañoso al estomago, es mas facil de digestiõ, y presto para penetrar empero no es de mal xugo. Y ansi lo

Auic. 2. canõ c. 128.

Dioscorides. Gal. 3. de alim.

dixo enel libro de euchimia, & cacochimia. Todos los quesos son de mal nutrimento y xugo, sino los reziẽtes, por que no son de mal xugo enlos cuerpos calientes que bien lo digieren, y por ende no es conuenible a los frios. Pues boluiendo al proposito, el queso fresco sin sal, no es malo para el estomago aũque lo cõtrario dixo Auicena, antes es conuenible, cõ tal que el estomago no sea frio de complexion, o de humores que corran a el. La causa por la qual se mouio Auicena a dezir que era dañoso para el estomago, es porque penso que era frio y humido en tercero grado en lo qual tambiẽ se engaño mouido por la mucha copia de suero q̃ tiene el tal queso fresco: por el qual es de mas nutrimento, y humedesce las tripas y estomago, pues dixo Isac en la doctrina primera. El queso reziente es menos caliẽte y agudo que los de mas. Y por ende es cercano a ser frio y humedo en primer

Auic. 2. canõ c. 128.

Isac. doct. 1.

mer orden, y anſi ſe han de entẽder todos los autores que dixeron que el queſo era frio y humido, como Auerroes en el quinto del colliget, e Almanſor en el tercero cap. 15. Finalmente, como lo dize Serapion. El queſo reziente ſin ſal quando ſe come es nutritiuo, y bueno para el eſtomago, y de buen ſabor, q̃ facilmẽte paſſa a las venas y miẽbros, acrecienta y engrueſſa la carne, ablãda el vientre templadamente: Empero ha ſe de tener obſeruancia que ſea verdaderamente reziente y no de muchos dias, porque el queſo que no tiene ſal muy preſto ſe buelue azedo: empero ay algunos phyſicos que dizen que el queſo freſco de poquita ſal, que es mas loable que no el por ſalar. De lo qual fue autor Iſac en ſus dietas vniuerſales cap. 18 Auicena en el ſegundo canon capitulo alegado, adonde dixo. El queſo ſalado no añejo es mas preſto de digeſtion q̃ el no ſalado, y deſciende mas

concordia.
Auer. 5. colli.
Raſ. ad Alm. 3. c. 15.
Iſaac di. uni. c. 18.
Auic. 2. canõ c. eod.

velozmente, y por ende no es tã daño
so al estomago frio como el reziente, q̃
en ninguna manera tiene sal, y poresso
se deue vsar mas que otro ningun que-
so. Empero deuemos d̃ guardar que no
sea muy salado, porque se haze seco y
muerde el estomago, y enciende la san-
gre. Pues luego, tengasse por conclusiõ
que el queso rezientevn poco salado, es
loable, como no tenga tãto de ftialdad
y humidad, quanto tiene el reziente q̃
no tiene sal, ni tãto de calor y sequedad
como el salado absolutamẽte, y que no
se coma sobre replecion, como lo quiso
Hypocrates en el libro de *ratione victus*
in acutis. Pues hablando del queso dixo.
pessimum est repletos ipsum inter potum edere.
Quiere dezir. Es cosa muy mala los q̃
estã llenos, comer el qso entre labeuida

CAPITVLO

55. del queso fresco salado, y añejo.

Anſi

ANSI como es muy encomẽdado el queſo freſco a cerca de los antiguos: anſi ni mas ni menos por la mayor parte es deteſtado y abominado el queſo añejo, aunque no tenga ſal, y el queſo freſco ſalado, porq̃ el queſo añejo engendra humores grueſſos melancholicos y enciẽde la ſangre, porque es caliente y ſeco, y muy mas ſeco que caliẽte, y por ende ſe conuierte en humos cholericos por dos razones, y porq̃ ſe quedo en el cierta vntuoſidad y groſſura ſin ninguna humidad de ſuero, porque ſe conſumio por los muchos dias, e porque adquirio cierta agudez que reſquema por razon del quajo y de la ſal. Tiene tambien otro daño manifieſto, que engendra piedras en la vexiga y riñones, eſpecialmente ſi tras el ſe comen coſas diutericas y abridoras, y eſto no ſin cauſa ſufficiente. Porque como engẽdre grueſſos humores cõ calor

no pequeño, que ſon las cauſas principales de engẽdrar piedra, y los tales humores ſean lleuados por las coſas abridoras ediureticas a los riñones y vexiga, ſigueſe claramente que ſe engẽdrara piedra, o humores viſcoſos grueſſos que detengan la orina, engendra mala ſangre, es difficil de digeſtion, haze ardor de orina, y quanto mas fuere cerca no a lo nueuo, tanto ſera mejor, quanto mas remoto, tanto peor. En eſto hã conuenido todos los phyſicos, eſpecial Galeno en el tercero de alimentis, cap. 16. adonde dixo. El queſo mucho tiempo guardado cauſa ſequia y es peor de digeſtion, y de peor xugo que otro ninguno, porque el tal xugo es cauſador de piedra en los riñones. Pero de quantos meſes ſe puede dezir añexo? no lo puedo hallar de ningun autor, ſino que comunmẽte ſe dize añejo el queſo que paſſa de ſeys meſes, y dende ſeys meſes en abaxo aun retiene nõbre de queſo

Gal. 3. de ali.

nueuo,

nueuo, ni mas ni menos el queso fresco salado es malo, porque como dize Isac, el queso que tiene mucha sal, se haze seco, muerde el estomago, enciende la sangre. Y Auicena enel segundo canon, capitulo. 128. El queso salado es malo para el estomago, y por ende causa melancholia, la causa es porq̃ es salado: pues luego guardemonos ansi de lo añejo, como de lo nueuo salado en demasia, porque ninguna cosa buena tienen, ni para la digestion, ni para la orina, ni para relaxar el vientre, ni para buen mantenimiento. Esto dixo Halisabbas en el quinto de su theorica, esto Auerroes en el quinto del colliget, esto Rasis en el quinto ad Almansorem, esto Hypocrates en el libro de alimentis.

Auic. 2 can̄. c. 128.

CAPITVLO 56. qual sea mejor queso.

SEGVN que he leydo, el queſo que es medianero entre lo reziente y añejo, que ſe dize nueuo, es bueno y loable para la ſalud, y mientras mas ſe allegare a alguno de los extremos ſera peor, como lo dixo Iſac en las vniuerſales, y particulares dietas, capi. proprio: y anſi dixo mas abaxo. El queſo blādo y molle es mejor que lo duro, y el eſpōgioſo lleno d̄ oj̄os mejor que lo eſpeſo. Finalmente, el queſo que no es muy lē to para partir, ni que muy preſto ſe parte, ſino q̄ es medio eſte es el mejor, y el que ſe haze de leche vn poco azeda, o azetoſa, como lo dixo Auicena en el ſegundo canon. cap. 128, y Raſis en el lib. 21. de ſu continē. c. 203. Auerroes en el. 5. de ſu colliget. Empero entre las eſpecies de los q̄ſos, el mejor es el de la oueja q̄ dizē ouejuno, eſpecialmente el q̄ ſe haze en Mayo, porq̄ en eſte tiēpo es la leche mejor q̄ en otro nigun tiēpo, y es mejor q̄ el queſo de vacas, aunque eſte

Auic. 2. canō c. 128.

Auerroes. 5.

queſo

queſo es mas grueſſo yde mas nutrimẽ
to. Empero lo ouejuno es mas ſuaue, y
de mejor olor, y ſabor, y mas conueni
ble al guſto, Aunque algunos buenos fi-
ſtores de queſo dizẽ, que ſe haze vn que-
ſo el mas ſuaue al guſto de quantos ay,
de dos partes de leche de ouejas, y vna
de leche de vacas. Empero el queſo de
cabras que vulgarmente ſe dize, cabru
no, es el peor de todos, no obſtãte que
ſe haga de mejor y mas tẽplada leche.
La cauſa es, porque luego ſe deſeca de-
maſiado y ſe parte mas preſto: aunque
lo rezien hecho es loable, y de buen nu
trimentó. Empero para mayor cumpli
miento deſta doctrina, tres reglas ſe de-
uen poner para que ſe pueda comer el
queſo ſin que haga daño del pareſcer
delos autores. La primera regla, que no
ſe coma con coſas diureticas abridoras
como cõ perexil, apio, hinojo, pimiẽta,
ó cõ otras eſpecias, cõ las quales y q̃ſo,
ſuelẽ hazer q̃ſadillas, o otros manjares
deſta

desta manera, porque las tales especias abridoras hazen yr el queso indigesto, antes de tiempo a los riñones, y vexiga hazen piedras, y opilaciones en baço y higado, como lo dixo Auicena en el lugar acotado. La segunda regla es, que no se coma sino poca quantidad y no mucha, porque siẽdo en mucha, como adonde no se come otra cosa haze opilaciones en higado y baço, piedra en los riñones, humores gruessos y flematicos, como lo dixo Galeno en el libro de solutione continua. La tercera, que no se coma sino despues de cena, o comida, quiero dezir, despues đ los otros manjares, porque ansi conforta la boca del estomago y quita el hastio que suele quedar de la vntosidad y grossura de los manjares. Finalmente, como lo dize en el tercero ad Almansorem, es sello đl estomago, quita el asco delos manjares gruessos y vntuosos, y dizen que aprouecha para la cabeça.

Auic. 2. ibidem

Galen. 3. libr. de solu. cõtin.

Rasis ad Alman.

CAPITVLO

57. que trata en comun de los peces y de sus daños, y prouechos.

SEGVN dixo Auerroes en el sexto de su colliget. La sangre que se engẽdra de los peces, es de muy presta corrupciõ, y por esso no es marauilla si de su continuo vso acaezcan muchas dolẽcias. La causa es como lo dize Haliabas e Isac en sus particulares: porque son d̃ complexion fria, y mucho humida, por lo qual son aptos a se corrõper muy ayna. Y assi dixo Auicena en el segundo canon, cap. 60. Todo pez es frio y humido. Y mas abaxo dixo. Engendra flema aguosa, relaxa los neruios, y no conuiene sino en estomago caliente en demasia, y la sangre que del se engendra en el cuerpo declina a sutileza. Pues luego tengamos por conclusion

sion, q̃ como los peces sean frios y muy humidos, estan muy remotos de la bõdad de las carnes, y de su complexion. Por la qual no conuienẽ sino a estomagos calientes y secos, especialmente en tiempos y regiones calientes y que son muy dañosos para los hombres y humidos y muy carnosos, en especial alos que son de neruios mollificados y relaxados, como son los perlaticos en tiempo de inuierno, o en tierra humida y fria, porque naturalmente entonces enfrian el estomago. Pero conuienẽ a los q̃ tienẽ mucha colera, y a los q̃ viuẽ en tierras calientes, y a los que estan en el estio, multiplican la esperma, y confortan los miembros de la generacion, como lo dixo Rasis enel 22. de su continẽte, cap. 423. Empero su nutrimento es poco, y desciende presto del estomago: lo qual se verifica de los peces del rio, porque los marinos tarde descienden, y son faciles de digestion, y de pas-

Rasis. 22. cõt. 6. 423.

sar

ſar por las venas, como lo dixo Iſac en ſus vniuerſales dietas, cap. 59 Finalmẽte ellos mantienen poco, y ſe deſmuelen muy preſto, ydá poca fuerça al cuerpo, engendran muchas ſuperfluydades y flemas y cauſan ſequia, y ſon difficiles de digeſtion. *Iſaac. di. uni. cpa. 59*

CAPITVLO

58. De los peces marinos.

COMO dize el Galeno en el tercero de alimentis, cap. 24. Y en el libro de euchimia & cacochimia. Los peces muertos, o fetidos de mal olor, ſon muy malos y deteſtables: tienen graue olor, y ſon de mal mantenimiẽto, y ſon al guſto inſuaues. Y por ende aqui no ay mas que tratar dellos, ſino de los viuos, y no ſolamente de qualeſquier viuos, ſino de los marinos. Porque los pe-

los peces son en tres differencias, vnos son marinos, otros son delos rios, otros de aguas mezcladas d̃ la mar y de rios, de los quales los marinos puros son los mejores. Tras estos vienen en bondad los que son de aguas de mar y de rio, y despues tras estos los de los rios. Agora no trataremos sino de los peces que puramente son marinos, y estos tambien son en dos differẽcias: porque vnos son d̃ alta mar criados en arenas y piedras, otros son de las orillas de la mar de junto a las riberas nacidos en aguas someras. Pues tengase por conclusion, que los peces marinos son los mejores de quãtos ay, y de los marinos son los mejores los que nacen en alta mar, porq̃ estos son los de piedras y arenas, q̃ son los mas aprouados de todos: porque como se queden y anden entre piedras y arenas, son exercitados y de menos humidades y superfluydades, de mas que por ser marinos criados en aguas saladas,

das, por la tal sal se consume mucho de sus superfluydades y no son tá frios y humidos. Por esta razon como los de los rios, porende son mucho mejores, y mas gustosos, mas templados, y conuenibles a la naturaleza humana: engendran sangre templada, y abundácia de esperma, no son de xugo grueso, sino antes subtil, y no descienden presto del estomago. Yansi lo dixeron Auerroes en el cõmentario de los canticos, cap. 28. Haliabbas en el quinto de su Theorica. c. 25. Y Auicena en el segundo canon. c. 550. E Isac en las vniuersales. c. 59. adõde dixo. Los peces marinos, son mas calidos y menos humidos, y menos viscosos: porque la salebrosidad de las aguas adonde habitan los calienta y corta y consume sus humidades, y grosseza, y por esso su gordura es menor que de los demas. Y dixo mas adelante, que son de menos graue olor y faciles de digestion. Empero, que man-

Auer. sup. cã. 28. *Halia. c. 25. theo.* *Auic. can. 2. c. 550.* *Isaac de uni. c. 59.*

tienen menos, y que presto se hazẽ sangre, y presto se desmuelen y deshazen, y se tardan mas en el estomago: y que con el contino mouimiento de las arenas y piedras se hazen mas tiernos y mas blandos. Lo qual confirmo Galeno en el tercero de alimentis, capitulo 24. Empero los peces marinos de la agua de la mar somera que es mas cenagosa no son tales: por causa de la corrupcion de la tierra: y por la suziedad, e immundicie. Empero los peces criados en aguas mezcladas de rios y de mar, no son tales: aunque mejores que de aguas puras de rio. Esto dixo Galeno en el libro de Euchimia, & cachochimia, capitulo. 17. La razon es, porq̃ por la salebrosidad de las aguas marinas que se mezclan, se cõsume parte d̃ su humidad y su frialdad se tiempla.

Gal. 3. alimẽ. c. 24.

Galen. libr. de euchi.

CAPITVLO

59. de los peces de los rios, y qua les sean los mejores.

LOS peces dlos rios, como auemos dicho, en comparacion de los de la mar son malos y duros de digestion, y que presto deciendē del estomago, por que por razon de las aguas frias y humidas se hazē mas gruessos y mas gordos, y mas viscosos, aunque son de mas nutrimento. Empero los peces de los rios grandes que corren con grande, e impetuoso y contino fluxo, que estan apartados de las ciudades, son mucho mejores que los de mas peces de rios, porque con el tal impetu se exercitan mas y se sacuden de sus superfluydades, hazense con tal mouimiento mucho mas tiernos, y mas faciles de digestion, y de distribucion, en especial si se mueuen y andā sobre piedras,

Isac doct. 5. c. 59.

o ſobre arenas, porque en tal caſo ſerá cómo los de la mar, y aun mas bondad ternā ſi ſon de rios ſomeros, que eſtan junto a tierra de aguas claras y liquidas: Porque como ſe ſacudan y golpeen en la tierra ſeran mas enxutos de humidades, y ſeran de carnes menos grueſſas: y por la claridad del agua ternan carne mas liſa y ſubtil, y de menos excremētos: mayormēte ſi eſtā pueſtos hazia el viento Septentrional, que ſe dize Cierço, porque con el mouimiento de los tales viētos, la agua ſe mueue impetuoſamente, y la agua mouida rebuelue y ſacude a los peces, por dōde criā menos de viſcoſidades y ſuperfluydades, y ſe hazen mas tiernos y menos grueſſos: y porende ſon faciles de digeſtiō. Por las cauſas contrarias ſerā peores, y de mas mal nutrimento. Primeramente, ſi ſon de rios que eſtan a par de ciudades, porq̄ como echen en ellos las ſuperfluydades y ſuziedades de las ciuda-

ciudades, hazenſe grueſſos y viſcoſos, y porende difficultoſamente ſe digieren y preſto ſe paſſan del eſtomago. Lo ſegũdo, ſi ſon de rios pequeños, o de eſtãques y lagũas, cuyas aguas, o poco corren, o ſe eſtã quietas: porque como no ſe exerciten, ſino que ſe eſten en ocio y ſoſsiego, hazenſe de mal ſabor y olor: porque ſe hinchen de viſcoſidad y humidad, y de ſuziedad como no ſe ſacudan: en eſpecial ſi las tales aguas no tienen arenas ni piedras, ſino cieno y lodo. Lo miſmo ſe dira de los peces que eſtan muy hondos que no les toca el viento, o ya que les toque, eſtan opueſtos al Auſtral, o abrego: porque como ſea viẽto humido, hazelos muy llenos de humores, y atapales los poros. Por ende menos ſe traſpiran, y como por eſto ſe hagã mas humidos y mas viſcoſos, ſon peores de digerir, y engendran vnas flemas muy grueſſas. Eſto dixo el Galeno en el libro. 3. de alimẽtis. c. 28. 2.

Gal. 3. de ali. cap. 28.

Auic. 2. canõ c. 550. Esto Auicena en el segundo canon, capitulo 550. Tengamos pues por conclusion, que los peces de los rios caudalosos de cõtino fluxo y corriẽte de aguas claras pedregosas y arenisças, someras oppuestas al Cierço apartadas de las ciudades, son los mejores, los cõtrarios son peores. Estos tales son los que conuienen a las complexiones calientes, y a los mancebos, y a los eticos, en tierras calientes y secas, y en los estios, a los contrarios son dañosos.

CAPITVLO 60. de los peces de las lagunas, y estanques.

MVCHO haze al caso para la bõdad de los peces, saber de q̃ aguas son, y de que se ha mantenido Porque los peces de aguas claras corrientes, y que se apacientan de buenas yeruas y de

de rayzes, son mejores. Los contrarios son malos: y por esso los peces de las lagunas, y estanques, y charcos son malos y abominables: porque como los tales no se puedan mantener sino de cieno y barro, y suziedad: son de graue olor, de mal xugo, engendran gruesso mantenimiento, decienden presto del estomago, son hediondos: y por esso no se deuen de comer. Al contrario seria si fuessen de aguas claras y no turbias, ni espessas, y que se mantuuiesse de rayzes y yeruas, y grano, porque serian de mejor mantenimiento y mas tierno, y no puede ser que en aguas detenidas y quietas aya tales peces: porque como no se mueue, de necessidad han de hazerse gruessos y turbios y henchirse de ouas, y de vescosidades. De las quales cosas, como se mantengã, los peces hã de ser de mal mãtenimiẽto, de mal xugo. Y ansi lo dixo Haliabbas en el quinto de su Theorica. c. 25. E Isac en los vni *Halia. 5. theo. c. 25.*

Isaac. de. uni. cap. co. uersales, cap. acotado, adonde dixo, que en los estanques la mucha viscosidad atapa los poros de los peces, porẽde no se transpiran ni ventilan del viẽto, y se hazen de carne medio podrida, y relaxada, y grueſſa. Y dixo mas, que en los charcos, o estanques, o lagunas, adõde entran rios, y la mar esta lexos, se hazen mejores peces que en las lagunas cercanas à la mar adõde no entrã rios: porque entrando los rios en las tales lagunas, o estanques, lauanse los peces de sus superfluydades y sacudense mas. Empero como conoſceremos de que pasto se mantienen los peces, digo que se conoſceran, o por relacion de los pescadores, a los quales en este caso creeremos, o abriendoles las tripas y viendo lo que tienẽ de dẽtro.

Auic. 2. canõ c. 550. Lo qual dixo Auicena en el segundo canon, capitulo. 550.

Cap.

CAPITVLO

62. De las condiciones de los peces si deuen ser grandes, o pequeños, o medianos, o gordos, o flacos.

LOS peces, ni deuen ser grandes, ni pequeños, sino moderados, ni magros, ni gordos, sino medianos, porque los chicos presto se corrompẽ, y presto se desmuelen y resueluen. Los grandes como seã gruessos, viscosos, tarde se digieren y presto abaxan del estomago. Los medianos entre grandes y pequeños son de carne loable, porque no son faciles de se corromper, y resoluer, ni son viscosos y gruessos demasiado para ser difficiles de digestion, como lo dixo Isac en el lugar acotado: ni deuẽ ser magros ni gruessos, sino medios, porque los magros son de poco mantenimiento, duros de digestion, de mal sabor.

los grueſſos y gordos ſon por ſu vntuo
ſidad duros de digeſtion, engendrã fle-
ma y ſangre ſeroſa, e ichores, abaxan
preſto del eſtomago. Pues luego ſeran
medios que ni ſeã grueſſos ni magros,
ſino en media manera, porque anſi ſe-
ran de buen xugo, y faciles de dige-
ſtiõ. Pero deueſe notar ſegun Auicena
Aui. 2 canõ. c. 550. enel. 2. canõ. c. 550. Que los peces de du
ras y firmes y tieſſas carnes ſon mejo-
res quando ſon pequeños, pero los q̃ de
ſu naturaleza ſon de blandas carnes, y
laxas, que dizen mollicias, ſon mejores
quando ſon grãdes: porq̃ en los de car-
nes tieſſas tiemplaſſe la ſequedad de ſu
complexion cõ la humidad de ſu edad
tierna, en los muelles y laxos, quando
ſon grandes la ſequedad de ſu edad, cõ
la humidad de ſu cõplexion. Y poreſſo
dizen los phyſicos, q̃ en general los pe-
ces medianos, entre duros y laxos ſon
los mejores, y q̃ los peces de rios gran-
des, q̃ ſon de carnes tieſſas, duras, con
viſco-

viſcoſidad ſon malos y no tales, como los q̄ dizen de piedras. Empero q̄ los q̄ fueren tieſſos, duros, ſin viſcoſidad, ſon loables y buenos. Llamáſe tales los peces que preſto ſe parten y no hazen correa, porque no tienen mucha humidad ni ſuperfluydad. Tales ſon los peces llamados Carpas, Carpiones y Lucios que ſe dizen Buruietes, Doradillas, Scharos, Truchas, Reos, Bermejuelas, tambiē el Beſugo que ſe dize Belſuccus, y es el Pagrus, porque ſon faciles de partir, y no tienen demaſiada gordura. Por el contrario las Anguillas y las Tencas, o Tinchas, Lampreas, ſon d̄ mala carne, porq̄ ſonduras y viſcoſas, correoſas, difficiles d̄ partir. Anſi q̄ los peces mediano s en grādeza en groſſura, tieſos y no correoſos al partir ſon los mejores, como lo dixo el Galeno enel. 3. de alimentis c. 24. Y en lo de euchimia, cap. 7. y Raſis y Auicena en el ſegundo canon, cap. 550. *Gal. 3. de ali. libr. de euchi.*

Cap.

CAPITVLO

63. de los peces de eſcamas.

TODOS los peces que tienē eſcamas, ſon de mejor nutrimento que no los que no las tienen, eſpecialmēte los que las tienen mayores, y en mas quantidad, y los que viuē entre piedras y arenas. La razon es, porque todas ſus ſuperfluydades y humores aquoſos ſe van enel nutrimento y ſuſtācia de eſcamas. Y anſi ſe quedan con poca humidad y ſuperfluydad: porende q̄dan mejores, y de mejor y facil digeſtion. Y ni mas ni menos, los peſcados de muchas eſquinas ſon mejores, por la miſma razon. Porēde ſe ſigue, que como los peſcados de la mar ſean de mas eſquinas, y de muchas mas eſcamas, y mayores que los de los rios que ſon mejores, por q̄, comodigo, ſus ſuperfluos humores ſe van en la ſuſtācia de las eſcamas, como vemos

Iſaac en las particulares. Raſi. 4 aphp.

vemos en los animales terreſtres, que tienen pelos y cuernos, pues la ſuperfluydad de la tercera digeſtion de los miembros ſe va en cuernos, y en pelos. Anſi ni mas ni menos ſe deue dzir dlos peſcados, mayormẽte dlas colas, y la carne de jũto a las alas y eſpina de enmedio por el mouimiento cõtinuo, por el qual ſe purgan y euacuan ſus ſuperfluydades. Pues luego boluiendo a lo que antes deziamos: todo peſcado q̃ tiene eſcamas es mejor, mas ſabroſo, mas tierno, yſolido, ſin viſcoſidad que otro ninguno, porque es de menos ſuperfluydad y humidad, como ſõ los peſcados llamados Scardulas, Ereginas, Veſugos, Atunes, Sabalos. Empero las Anguillas, Lãpreas, y Tanchas, ſõ peores, por no tener anſi eſcamas. Deuen tambien en el color ſer como plateados, porque los de color negro, o colorado, o los que tienen color de pauõ, que tienen vnas mãchas negras y amarillas:

rillas, naturalmente se deuẽ huyr, porq̃ engendrã apostemas en los miembros interiores y punturas en las tripas, y opilaciones: engendran mala sangre. Por lo qual las anguillas por su negrura se deuẽ desechar. Anſi dixo Galeno en el libro de euchimia. La anguilla no es buena en todo, aunque sea de buena agua, quãto mas si fuere de agua encenagada. Por la misma razõ son malos aunque no tanto los pulpos, xibias, como lo dixo Galeno en lo de alimentis cap. De popilo & sepia.

CAPITVLO

64. Como se deuan preparar los peces. o pescados.

DE tres maneras se suelen preparar los peces, o asandose, o cozidose, o friendose, en comun los peces cozidos en agua son mejores, porque con el tal cozimiento, se lauan y quitan sus superfluydades y viscosidades, y se pene-

netran, y hazen mas tiernos y friables y mas faciles de digestion. Alomenos son conuenibles a las naturalezas caliẽtes y secas. Empero para las frias y humidades deuẽse dar cozidos en vino fuerte, con pimiẽta, agengibre, mostaza. A las humedas naturalezas, dense assados, e adobados con vinagre, pimiẽta, oregano. Alas secas, dense cozidos con sal, eneldo: anssi lo dixo Isac en las vniuersales. c. 61. Los peces fritos son peores de quantos ay. Porque no solamente se retienen su viscosidad. Empero adquierẽ mas por el azeyte adõde se friẽ, y por esso son peores que los que se preparan de otra manera: allende que en demasia reblandescen el vientre, aunque son mas conuenibles a los rezios de estomago. Empero los assados son de mas nutrimento y de mas tardo descenso. Lo contrario obran los peces cozidos, especial si se cuezen en vino con sal y puerros. Pues desta manera

Isaac. di. uniq. cap. 61.

descien-

descienden presto, y son de menos nutrimento. Esta es la mejor preparacion de los peces duros y no viscosos: porq̃ los viscosos primero que se cuezgan se deuen poner en rescoldo, como lo dixo Isac en sus particulares. Traēse por exēplo las antiguallas Lampreas, que se dizen Lamprete, y las Morenas que se dizen Murenæ: y las Tinchas que se dizē Phycides en Griego, y en Latin Merulæ, las quales comunmēte se dizē Merlos: entre los quales se cuentan tambiē los Tordos marinos, porq̃ ansi el Merlo, como el Tordo tienen las escamas verdes, pero el Merlo las tiene mas anchas, y segun Plinio anda entre las piedras. De los quales dize Ouidio. *Auratis Murena notis Merulæque virentes.* Empero los duros y no viscosos, son el Carpion, la Carpa, y de mejor nutrimento es el Carpion, porque la Carpa viue entre cieno. El Burujute que se dize Lucius. El Mero, que segū algunos se dizē Mugil,

Mugil,y en Griego Cephalus: porque tienen gran cabeça, aunque no me determino que el Mero ſea el Mugil marino,digo marino, porque el Mugil comun,es el Albur de los rios,pareſce ſegun la deſcripcion de Rõdoleto en parte ſer eſpecie de Aſſello, en parte el Attilo,y no es deſemejante del Acipẽſer,peſcado a cerca dlos antiguos muy preciado. Pero que ſea lo vno, que ſea lo otro,el es muy preciado,de buẽ nutrimẽto. El Eſcaro; Doradilla, que ſe dize Aurata,el Sollo que a cerca de algunos ſe dize Lupus, empero creeſe ſer el Silurus,y reputaſe por el Eſturion que es el Helope de Plinio. El Salmõ,el Lẽguado,que ſe dize Solea. La Oſtia qũe ſe dize Oſtrea; el Congrio que ſe dize Cõger,el Rodauayo que ſe dize Rombus,y el Salmonete que ſe dize Mullus la Coruina q̃ ſe dize Cõracinus,el Eſpadarte que ſe dize Gladius; el Aleche q̃ ſe dize Scombrus;la Perca marina que

es buen nutrimẽto. El Reo, el qual como algunos piẽſan, no es la Bermeja, porq̃ la Bermeja es vn pequeño pez, y el Reo es grãde y ſemeja a la trucha, y es d̃ mucha ſuauidad y de buẽ nutrimẽto. Delos mas trata Plinio en el. 9. de ſu hyſtoria natural. Yhaſe d̃ aduertir, q̃ entre eſtos peſcados ay differencias en ſu bõdad y malicia, porq̃ el Salmonete q̃ ſe dize Mullus, haze daño a los que tienen los neruios flacos y debiles y a los ojos. Y el Eſpadarte es mas duro de digeſtion y mas grueſſo mucho que los de mas, por ſer pez de mayor grãdeza que todos los dichos. Y por eſſo dixo Vrſino en ſu. II. elegia hablãdo del Salmonete, o mullo.

Quamuis per placeat neruis fert plurima dãna
Mullus, luminibus ſæpe nocere ſolet.

Pero ãtes q̃ põgã a cozerſe eñl caldero: primeramẽte cuezga la agua, o vino en elcaldero cõ ſus eſpecias y yeruas, y d̃ſpues quãdo ya eſte hiruiendo la agua,

o vi-

o vino, se pongan los peces enel, porq̃ desta manera se harā los peces mas sabrosos, y mas digestibles y mejores: de uen ser los peces rezien sacados dela agua, y rezien muertos; porque de otra manera presto se corrompen en el estomago.

CAPITVLO 65. de los pescados salados, y galapagos, tortugas, caracoles.

LOS peces, o pescados salados, segū que cuenta Haliabbas en el quinto de su Theorica, son calientes y secos, por ende son cōuenibles en complexiones frias y humidas, empero en poca cātidad, y comidos con cosas vntuosas, y esto por dos causas. La primera porque presto descienden del estomago y no hagā sequia. La otra, porque no se cor-

rompan facilmente, tornandose en malos humores: y ansi seran conuenibles a los que tienen flemas y humidades. Empero malos a los melancholicos, y colericos aduſtos. Aunq̃ deueſe notar, que de los peſcados, los que fueren blãdos y molles, agora seã d̃ poco humor, agora de mucho, no seran buenos para ſalar, y ſi dellos algunos ſon para ello, eſtos ſeran los blãdos de poco humor. Quales ſon tambien los peſcados, o peces viſcoſos de poco humor, pues ſon buenos para ſe ſalar: y en eſte lugar ſe puede deſatar cierta contradiciõ de Galeno y Auicena, porque el Galeno enel tercero de alimentis, cap. 24. quiſo que aquellos peces ſalados fueſſen mejores, los quales fueſſen mas tiempo ſalados, empero Auicena en ſu ſegundo canõ, pareſce dezir lo contrario, pues quiſo que aquellos peces ſalados fueſſen mejores, que menos tiempo eſtuuieſſen ſalados. La qual contradiciõ ſe ſalua deſta

Gal. 3. de ali.

Auic. 2. canõ

ſta manera. Que quando dixo aquello Galeno, entendiolo de los peces viſcoſos, y de tiernas carnes, dlos quales yua tratando: y es verdad que eſtos ſon mejores quando eſtan ſalados de dias. Empero Auicena ſintio aq̃llo de los peces ſalados q̃ ſon duros, y eſtos mietras fuerē d menos dias puestos en ſal ſon mejores, y mētras d mas dias peores: porq̃ cōla ſal ſe parā mas duros, y mas ſecos. Eſto ſe pareſce ala clara dl lib. acorado, cap. 55. Y porende el Aſſello, q̃ en Griego ſe dize Onagro, y vulgarmente peſcado cecial de cordel, mietras mas ha que ſe ſalo mejor es. Lo miſmo ſe dira de la ſardina, que en latin ſe dize Halec o dla ſarda. Lo miſmo dl atū devn año llmado en latin Pelamis. Lo miſmo del cueruo marino, y de la mielga que ſe dize Melica. La qual aunque es ventoſa, es de buen nutrimento mejor que el tollo, el qual es de difficil digeſtion, y de mal mantenimiento. Tambien los

Salmones y el Sabalo, que ſe dize Lac-cia, y en Venecia Cupea, no Clupea, porque eſte es vn pez tan pequeño, que ſe mete viuo en el garguero del Eſtu-rion, o Soſillo y le deſangra, como lo di-ze Plinio en ſu. 9. dela natural hyſtoria. Y el bonillo y arenque, el qual ſe dize a cerca de algũos Mena. Pues todos eſtos quanto ha mas que ſe ſalaron, tãto ſon mejores. Digo en comparacion dellos, quãdo ſon rezien ſalados porque claro eſta q̃. no tienen comparacion con los freſcos ſin ſal. Empero el lobo marino, que ſe dize Phoca y el Delphino, Dra-gon, Vallena, y la Orca que es eſpecie de Vallena, y viene ſalada de Bretaña, y los atunes grandes, y de dias; quan-to mas ha que ſe ſalaron, tanto ſon peo res. Pues al fin ſon de mal xugo, eſpe-cial el Leõ y liebre marina; porque no carecen de ponçoña, porque ſi viuiẽdo dañan cõ el tacto, tabien dañarã muer tos. Deueſe tãbiẽ notar, q̃ anſi los vnos

como

como los otros, como seã salados, son malos, d poco nutrimẽto, si no fuere por via d medicina, pues cierto son buenos para cortar flema, para vomitar, y quãto mas viejos fuerẽ en su sal, tãto seran mas calientes y secos. Empero los mas loables son los q̃ se echã en escabeche q̃ tẽga buena parte d vinagre, como lo dixo Rasis en el lib. 24. de su cõtin. c. 423. y en el 3 de Almansor, cap. 16. Los Galapagos, Cangrejos, Tortugas, y todos los q̃ tienẽ escamas de la misma manera, aunq̃ son vn poco de su naturaleza salados, por lo qual relaxan el vientre, son juzgados por frios y humidos, porq̃ vemos q̃ son cõuenibles a los ptificos y eticos, y a los q̃ tienẽ calẽturas de muchos dias. Su carne es difficil de digestiõ, dura, engẽdra flemas y gruessos humores, cõcilia sueño, y por esta causa tã biẽ son juzgados por frios. Empero los Astacos q̃ se dizẽ Camarones marinos, y los cãgrejos, o galapagos marinos sõ

de menos frialdad y humidad, por las aguas saladas: y porẽde no son tan difficiles de digestion. Finalmente son dañosos para el estomago y para sus tunicas neruiosas, y por razon de su salebrosidad, relaxan el estomago, y mucho mas los marinos. Esto dixo Auicena en el segundo canon, cap. 151. Y Rasis Haliabbas en el 5. de su Theorica, cap. 25. adonde dixo. Toda carne de Cangrejos es en su sabor salada, y porende haze a la naturaleza correntia, y es dura de digestiõ, y el que dellos es de menos sabor salado es mas musculoso, y mas duro, y mas resistiente a la digestion. De los caracoles y xibias, y ranas y animalejos de conchas, poco se halla escripto entre los autores, y no se mas que dezir, sino que de parescer de Corona florida, son de poco mantenimiento y ruyn, y solo inuctados por mãjar de golosos, y no por via de sanidad, y por esso

Auic. 2. canõ c. 151. *Rasis lib. 22. c. 394* *Halia. 5. theo. c. 25.*

Corona flori

esso ay dellos poco escripto. Aunque Galeno en lo de Euchimia dixo. *Ostreæ item buccinæ, purpuræ, crassi admodũ sunt succi atque omnia denique, quæ dura texta integuntur. &c.* Quiere dezir, q̃ las Ostias animalicos de conchas, y las bozinas, y porpuras, son de grueſſo xugo. Y finalmente todas las que se cubrẽ de cõchas. Empero el calamar, q̃ en latin se dize Loligo, y el Cerres, suele se comer crudo, empero es muy duro de digestiõ. Cozido, facil, y mejores las Ostias si son traydas del profundo d̃l mar, por q̃ estas son mas friables y tiernas y mas faciles de digestion. Las Someras son d̃ muy grueſſo xugo, pero tienense por mejores quando se saca en el crecimiẽto de la luna. Assi lo dixo el poeta Vrsino, diziendo en sus elegias. *Galen. libr. de euchi.*

Ostrea non damno ponto deducta profundo
Cum crescunt triuie lumina magna dee.

Entre las quales se cuentan tambiẽ las Telinas, que llama Dioscorides, y vul-

garmẽte Almejas, el qual es vn mãjar ordinario en algunas partes, mueuen mucho a luxuria y son gustosas y suaues, aunque de poco alimento.

CAPITVLO

66. delas condiciones que se deuen guardar enel comer delos pescados, o peces.

OCHO reglas se deuẽ guardar en el comer de los peces, o pescados, porque no hagan daño. La primera, q̃ su comida no sea continua por el mantenimiento ruyn que tienẽ, y por los daños que acarrean. La segũda, que los peces q̃ se vuieren de comer, sean los mas escogidos, y mas loables, tales son los q̃ no fueren viscosos, ni muy gruessos, ni de mal olor, ni q̃ presto se corrompã, y que no sean tomados en lagunas y estãques, o en aguas de pozos, o adonde se echã suziedades, o en cieno, o en aguas en las

en las quales nacē malas yeruas, y que no sean grādes en demasia, sino q̄ en todo seā medianos, q̄ tengan duras y tiessas carnes, q̄ facilmente se partan, y que sean de los q̄ tienē escamas de aquellos miembros que en ellos mas se exercitā y mueuē como se ha platicado. Assi lo dixo Rasis a Almansor. La tercera, que en todas maneras nos guardemos de la leche delos pescados, porque es muy mala y corrompe el manjar que esta en el estomago, y en ella se podresce facilmente. La quarta condicion, que nos guardemos de peces fritos y fiabres, en especial si se han puesto en lugar humido y lleno de agua, porq̄ acarrea malos accidentes, como lo dixo Rasis en el. 8 de Almans. c. 27. pues suelen acarrear todos aquellos daños que suelen prouenir de comer hōgos. Los quales daños son squinancia, colica passiō, angustia, difficultad de resuello, agonia, simcopa sudor, frio, y algunas vezes muerte repen-

Rasis, 3

4

Raf. 8. ad Almanso. c. 27.

Idem c.25. pentina, como lo dixo el miſmo Raſis en el lugar acotado, cap.25. diziendo. Los peces ſe deuen comer calientes y no frios. La quinta condicion, que los peces aſſados, o fritos que ſe cubrē por que no ſe enfrien, ſon tambien muy da ñoſos, porque aquella exalacion y va por detenido, acarrea vomito, fluxo de vientre, paſsion colerica, aſcos, y aun al gunas vezes matan, alomenos hazē fal tar el ſentido por mas de vn dia. La ſex ta condicion. Los peces, o peſcados no ſe comā deſpues de fuertes exercicios, porque facilmente ſe corromperan, y corromperā anſi miſmo los buenos hu mores que hallaren en las venas, como lo dixo Auicena enla tercera del prime ro, doctrina. 2. capit. 7. Y como lo dixo Galeno en el tercero de alimentis, cap. 29. La ſeptima condicion, que no ſe co man cō leche, porque acarrearan lepra y ſarna, y otras enfermedades dſta ſuer te, como lo dixo Auicena en el lugar aco-

Auic. 3. pri. doct. 2. cap. 7

Auic. ibidem.

acotado. La octaua, que quando ſe comieren peces, o peſcados que tuuieren hueuos, echen los hueuos, porque ſon vna comida de mucho peligro y daño. Eſpecialmẽte nos deuemos guardar de los tales hueuos en el mes de Mayo, porque de comer baruos con los tales hueuos, ſe han viſto muertes repentinas. Hanſeviſtõ por eſperiẽcia muchos que deſpues de los auer comido les hã venido agonias de muerte, y ſi algunos ſe han eſcapado, ha ſido por vomitos y camaras, y echãdo tan maluados hueuos.

¶Fin del primero libro.

Libro

LIBRO SEgundo, de auiſo de ſanidad, que trata de las Ortalizas, Legumbres.

CAPITVLO primero, de la Ortaliza, y como las coſas de Ortaliza ſe deuan conoſcer en ſus calidades

COmo muchas vezes vſemos de Ortalizas, anſi en enſaladas, como enteras y cortadas, pareſcieme poner algunas reglas, por las quales venga mos en noticia dellas, para ver las que ſon dañoſas, y las que ſon vtiles y prouechoſas.

sas. Y porque esto no se puede saber sin q̃ primero conozcamos sus calidades, se ra bueno poner algunas reglas para saber quales ortalizas sean calientes, quales frias. Pues luego para conoscer que son las qualidades que predominan en las tales ortalizas, diremos, que aquellas tienen mas calor, las quales puestas al olfacto echan de si vn olor bueno o agudo, como lo dixo Auicena en los Canticos, en el texto del Commẽto, ciento y veynte y dos. Adonde dixo, que se juzga qualquiera flor, o qualquiera cosa aromatica, por caliente en el olor agudo, exceptas estas cinco cosas, Atrayhan, Sauze, Nenufar, Rosas, Violetas, Sandalos, Alcanfor, Camphora, porque estas, aunque son olorosas, son frias. Todas las de mas cosas olorosas son calientes, y por esso dixo el mismo, en el Canon segundo, capitulo tercero. No ay olores agudos sino en sustancia caliente, porque como lo dixo

Auic. in cãt. textu comm.

Auic. 2. canõ c. 3.

Gal. 4 de ſim. dixo Galeno en el quarto de ſimpliciũ facultatibus. Ninguna coſa es de loar, ſi no la que es de ſuſtancia caliente, porq̃ por la mayor parte echa de ſi vapor mas que otra coſa alguna. Y poreſſo dixo Ariſtoteles en el. 12. de los Problemas, en el Problema. 31. El olor es cierto calor, y las coſas de buen olor ſon calientes, y porende luianas, y por eſta via podremos conoſcer las coſas calientes y las frias: porque ſi las caliẽtes fueren oloroſas, las frias no ternã olor, alo menos que ſea agudo. La ſegunda via para conoſcer las qualidades, es por el guſto. Porque ſi la ortaliza fuere al guſto deſabrida, como es la lechuga, la calabaça, diremos cõ oſadia ſer fria, pues como lo dize Galeno en el lugar acotado. Toda coſa de ſabor de agua es fria, pero ſi fuere dulce, es caliente y humida con ygual grado, como lo dixo Auicena en el ſegundo canon, cap. 3. Si fuere amarga, es caliente y ſeca en tercero grado.

Aristo. 12 pro. proble. 31.

Via

Galen. ibidem

Auic. 2. canõ cap. 3.

grado, pero ſi fuere ſalada es caliente y ſeca en ſu ſegundo grado: pero ſi fuere de vn ſabor agudo, o mordaz q̃ reſquema como el aio, e la pimienta es caliente y ſeca en quarto grado. Lo miſmo diremos de las coſas frias, porque ſi fueran azedas de ſabor de vinagre, diremos q̃ ſon frias y ſecas en ſegundo grado: pero ſi fueren de ſabor adſtrigente auſtero, diremos que ſon frias y ſecas en tercero grado, pues luego por el olor y por el ſabor vernemos en conoſcimiẽto de la cõplexion de las ortalizas, aunque tambien por otras coſas ſe pueden conoſcer, pero principalmente por el guſto y olfacto.

CAPITVLO

2. que las coſas de ortaliza no ſon buen mantenimiento, en eſpecial ſi ſon ſilueſtres.

CONoscidas las calidades de las cosas de ortaliza, facilmente podra cada vno saber qual genero de ortaliza le conuenga, e qual no, supuesto que el vso continuo de ortaliza no es conuenible para la salud del cuerpo humano. antes por el contrario es malo, porque como dize Auerroes, enel quinto de su colliget, todas las yerbas de su naturaleza inclínan a engendrar humores melancolicos, excepto la lechuga, Borraja Lengua d' buey, escarola, chicoria, por loqual, como el dize, no conuiene por via de mantenímiento, sino por via de medicina, para refrescar e humedescer en especial en tiempo de estio en tierras caliẽtes. Como entiempo de inuierno cosas de ortaliza calientes, ansi lo dixo Auicena en la tercera del primero, doctrina segunda. cap. 7. adonde dixo; q̃ el conseruador de la sanidad estudie en no dar mantenimientos medicinales, como son cosas de ortaliza e fruta verde

Auer. 5. coll.

Auic. 3. pri doct. 2 cap. 7.

de, e otras anſi, Porque ſi fueren de ſub
ſtancia ſubtil, engendran ſangre ſubtil,
e queman la, ſi fueran de ſubſtancia gru
eſſa, engendran flema, e humores que
agrauan la virtud E tambien Galeno,
enel libro de euchimia, adonde dize *Gal.*
ningun genero de ortaliza es de buen *lib. de*
mantenimiẽto. Loqual tambien apro- *euchi. &*
uo enel libro de los alimentos capitulo *alim. 3.*
treynta y ocho, adonde hablando de
la lechuga dixo conuiene ſaber de to
dos los generos de ortaliza engen-
drarſe poquita ſangre, e de ruin man
tenimiento, empero de la lechuga ni
ſe engendra mucha ni mala ſangre ni
abſolutamente loable. Empero hazi-
endo comparacion de las ortalizas
domeſticas, que ſon las de los huertos
o huertas, a las ſilueſtres que naſcen
en los campos y montañas, emos de
dezir con Iſac en las vniuerſales capi. *Iſac*
12, que las yeruas naſcidas en lugares

vmbrios e humidos ſon mas faciles de digeſtion,e mas faciles de penetrar por las venas,aunque por ſu mucha humidad ſon tardas de ſe aſsimilar a los miẽbros,engendran ſangre ſubtil e aguoſa ḋ poco e no loable mantenimiẽto, Empero las yeruas ſylueſtres ſon al contrario,porque ſon duras e difficiles de digeſtion,e de penetrar,pero ſon mas preſtas para ſe aſsimilar a los miembros e de peor nutrimento o mantenimiento, y aſsi lo dixo el Galeno enel libro de euchimia,diziendo todas las ortalizas ſilueſtres ſon vltimadamente de mal xugo,y puſo por exemplo la lechuga campeſina,e de la miſma manera ſon muy malas todas las rayzes de las ortalizas, e rauanos e ajos. Porloqual todo genero de ortaliza eſpecial de la campeſina ſe deue dexar porque es mala parala ſanidad,loqual ſe deue entender por via de mantenimiento,quando queremos reſtaurar o reparar los miembros reſolutos

Galen. libr. de euchi.

lutos y desſuſtanciados, porque en tal caſo ſeriã coſas de ortalizas dañoſas de poco e mal mantenimiento, Otra coſa ſeria en tiempo de enfermedad, como ſi vuieſſe fiebres, porque entonces por via de medicina conuernian lechugas, eſcarolas, achicorias, o frutas como granadas mãçanas, o quãdo por mucho calor quiſieſſemos refreſcar, por el contrarioen enfermedades, y diſpoſiciones frias ſe deuria hazer.

CAPITVLO

Tercero de los grados de las medicinas adonde ſe trata de las azederas e apio, de ſus daños e prouechos.

POrque muchas vezes emos hecho mencion de los grados de las medicinas, pues vnas ſon calientes, otras en primer grado, otras en ſegundo, otras en tercero, otras en quarto, aquella yerua

ua o medicina se dira caliente en primer grado que es obscuramente caliente de suerte, que notablemente no saca el cuerpo fuera de su natural complexiõ a le alterar en calor, como podemos poner por exemplo a la mançanilla: empero aquella yerua o medicina sera caliente en segundo grado, quando notablemente, calienta de suerte que el cuerpo sienta de la tal yerua o medicina algun calor, como es el hinojo empero aquella yerua o medicina se dira caliente en tercero grado, quando de tal suerte calienta a nuestro cuerpo, que le haze enfermar, o le haze auer demasiado calor, como es la mostaza e pimienta, empero aquella yerua o medicina se dira en quarto grado caliente laqual ya quema y adure o mata al que la toma Lo mismo se dira de las medicinas frias, pues luego vengamos a yeruas particulares que se comen, y venga primero la yerba llamada azedera, en griego, oxalis

xalis,en latin aceroſa,eſta es fria en primer grado,y ſeca en ſegundo, reprime la colera,eſtriñe el vientre,mata la ſed, como lo dize Auicena enel ſegundo canon cap.4.e Raſis enel tercero ad almā ſorem capite decimo octauo,e porende conuiene al fluxo de vientre y diſſenterias como lo dixo Diaſcorides, el Apio es caliente en primero grado y ſeco enel ſegundo ,como lo dixo Auicena enel ſegundo canon capitulo cinquenta y ſeys. Eſta yerua reſuelue ventoſidades, abre opilaciones, aplaca dolores, prouoca vrina e fudor, Empero por via de mantenimiento es mala yerba porque daña al eſtomago, mueue gota coral, incita a luxuria,haze apoſtemas, e puſtulas en la cria o criatura que eſta enel vientre, diſminuye y mengua la leche que tiene la muger en las teras,porque irita a coito y luxuria,y tambien eſto dixo

Auic. 2 can. c. 4.

Raſ. 3. ad Almanſo. c. 18.

Auic. 2.can. cap 56

Raſis. 23.cōt. c. 608.

Ysac. Ysac en las particulares dietas, e Rasis enel tercero ad Almansorem cap. 18. e Auicena enel lugar acotado, la razon porque causa gota coral e daña al estomago y a la madre es, como lo dize Ysac, porque abre camino paraque los humores e superfluydades corran a la cabeça, e al estomago a la matriz. porlo qual se engañan los que dizen que conuiene al estomago, tiene empero virtud de dar buen olor ala boca.

Rasis Auic. ibidem

CAPITVLO

Quarto del Basilicum mayor e menor que se dize albahaca.

POrque algunos suelan echar albahaca en las ensaladas, tengo por bien de escreuir algo della, en quanto tengo entendido el basilicum mayor del qual aora tratamos, que en nuestro comun hablar

hablar hespañol se dize albahaca, de las hojas anchas, es caliente en segũdo grado, e seca en primero, como lo dixo Isac por authoridad del mesue en las particulares, e Galeno en los libros de morbo et symtomate, pues dixo que el basiliscon engendraua roxa colera, tiene facultad de mouer ventosidades e de engendrar leche, es de difficil digestion, e haze obscuridad en la vista, engendra sangre melancolica, como lo dixo Auicena. enel segundo canon. cap. 16. Empero el basiliscon menor, que se dize Ariofilato es caliẽte e seco en segũdo grado, como lo dixo Auerroes enel. 5. de su colliget. cap. de rebus marinis, conuiene para el salto del coraçõ, abre las vias del celebro, alegra, vale contra almorranas e melancholia, como lo dixo Rasis enel libro. 22. de su continente. cap. 534. y enel tercero ad Almansor. cap. 18. dixo que el Albetarogi, que es el basilisco menor accarreaua dolor de cabeça, e q̃

Galen. libr. de morbo & syn

Auer. 5. celli.

Rasis cõti. 22 c. 534.

deseca la leche y esperma, y dixo Serapion, que conuenia para el estomago y higado frio y para el coraçon por via de remedio, porque por via de nutrimento es malo, de mal mantenimiento, difficil de digestion, como lo dixo Rasis en el lugar acotado, por loqual no aconsejo a nadie le coma en ensaladas, ni por si.

CAPITVLO

Quinto de las acelgas, que se dizen betæ en latin. de las Borrajas lengua de buey.

SEgun Rasis cap. 426. del. 22. de su cõtinente, dos especies ay de acelgas, vna cuyo verdor tira vn poco a negro, y esta restriñe el vientre y otra cuya verdor tira a blanco, y esta relaxa el viẽtre, la vna especie, y la otra, es mala segun el mismo, son calientes e secas, en segũ

en ſegundō grado, aunque Auerroes enel quinto de ſu colliget, e Halhabas enel libro. ſ de ſu theorica, dize, que engendran humores grueſſos viſcoſos e flematicos, e Galeno enel. 2. de alimentis. cap. 41. dixo que es mala para el eſtomago, e que relaxa el vientre por la virtud de ſal que tiene, y que ſu mantenimiento es poco como de las otras ortalizas, e que es mas apta que la malua para las opilaciones, eſpecial ſi ſe come con moſtaza, y que es buena para los que tienen baço. La borraja e lengua de buey ſon buenos alimentos, ſegun Galeno enel ſexto de ſimpli. facul. es caliente e humeda en primero grado, e porende echada en vino, da alegria, e conuiene pa la toſſe, conuiene a melancolia a triſteza, alegra el coraçon. Podemos vſar deſtas yeruas cō ſeguridad en enſaladas, ſon ſus virtudes tan conoſcidas que no ay que tratar dellas

Cap.

CAPITVLO

Sexto de las berças e ſu nutrimento.

LAs berças ſon de tres maneras, vna verça es inuerniza q̃ tiene las hojas blãcas e apiñadas juntas vnas en cima de otras, y eſta ſe dize en Italia, capucio, otra es veraniega, laqual tiene las hojas apartadas e derramadas, ſueleſe llemar yanta, Otra ay redonda que ſe dize repollo, eſta es de eſtio, qualquier dellas es fria y ſeca, e porende engẽdra melancolia e humores grueſſos, e aunq̃ el repollo es mordaz e requema la ſangre, cpero la berça o llãta es mas mordaz e aguda, prouoca a vrina e relaxa el vientre ſi ſe cueze ſimplemente, empero cozida dos vezes o muy recozida, detiene camaras, la cauſa es porque ſe cõpone de dos ſubſtancias, de ſubſtancia ſubtil de fuego, laqual eſta en la parte interior

interior,e de ſuſtancia grueſſa e terreſtre laqual eſta en la parte ſuperficial de afuera,e porende coziendo ſe ſimple e moderadamente,como por la tal decoccion,no ſe reſueluan las partes ſubtiles de fuego,relaxa el vientre e mueue a vrina,empero coziendoſe mucho o dos vezes, como ſe reſueluan e gaſten las partes ſubtiles e queden las grueſſas e terreſtres, eſtriñe el vientre e detiene camaras:e mientra mas ſe cueze, mas ſe haze eſtreñida. Finalmente qualquier genero de berça ſe ẽ comer deſta manera,deueſe primero partir y deſpues ponerſe en agua muy calida e ſacarſe de ella e cozerſe con carne gorda de carnero y tocino pimiẽta culantro, cominos ajos,porque preparandoſe anſi ſe quita mucho de ſu malicia, como lo afirmo Auicena en ſu .2.cano.cap.143. diziendo el nutrimento de las coles es poco e mas humedo que el de las lantejas,y la ſangre que de ellas ſe engendra es mala empero

Auic. 2.canõ c.143.

empero quando ſe cuezen con carnes gordas o con gallinas ſe tornan algo buenas, ſon malas para el eſtomago, y de tarda digeſtion, engrueſſan la ſangre, hinchen de ventoſidad haſta el pecho, hazen el cuerpo dolorioſo, eſpecialmente el repollo es de mas grueſſo nutrimento por ſer cerrado y no ventilar ſe del ayre. E porende es de mas ſuperfluydades, y fue ſentencia del Almãſor. 3. cap. 18. que cierto genero de berça que ſe dize imperial es caliente e ſeca engendra malos ſueños y colera retoſtada, empero las berças deuenſe comer de parte de inuierno e coziendoſe poco, quitan la embriaguez, porque deſecã los vapores, como lo afirmo el Galeno, enel. 2. de compoſicione ſecũdũ locos, yaũ porq̃ haze yr la pte grueſſa dl vino a los inteſtinos, y la pte ſubtil por vrina, lo q̃l haze ſegũ la ſuſtãcia de fuego enitroſa q̃ tiene. E porẽde no embriagara. E por eſſo dixo el Italiano en ſu perq̃.

Gal. 2. de com local,

Le caule tutte fa colera negra
El pero alarga le fa mal ſomniare,
El ventre moue le fa deſembriare.

CAPITVLO

7. de la Endiuia, y de vna eſpecie ſuya que ſe dize Achicoria, y eſcarola.

LA Endiuia, ſegũ dize Auerroes en el quinto de ſu colliget, es en dos maneras. Vna es domeſtica, y otra es campeſtre: eſta es fria y ſeca, y llamaſe Achicoria, la domeſtica es tambié fría, y mas humida, la domeſtica es tambié en dos maneras, porq̃ vna es del inuierno, y otra es del eſtio. La del inuierno ſe dize Eſcarola, es fria en fin dl primer grado, y tãpoco ſeca, que dizẽ algunos que es humeda. Es la Eſcarola de poco amargor, y deſabrida por el tiempo y frialdad, humidad q̃le cauſa el iuuierno quando

quando se cria, empero tiene vn poco de sabor estiptico, por donde parece ser seca, empero la endiuia domestica del estio tiene mas notable amargor, es fria y seca en primer grado aunq algo mas seca, e porende engendra peor sangre. Finalmente la endiuia domestica, que es la escarola, es mas fria e humida en comparacion de la siluestre, y su amargor se haze mayor en el estio, y declina a vn poco de calor, tiene virtud de abrir opilaciones de higado e venas y de todos los miembros interiores, aplaca el feruor de la colera, conforta el estomago, y es vno de los remedios para el calor del estomago, e higado, y no es malo para la frialdad de estos miembros, como lo dize Galeno en el octauo de cõpositione secundum locos. Empero la endiuia campestre que se llama achicoria, es fria en primer grado, e seca en principio del segundo grado, tiene mas virtud para confortar el estomago que no la

Gal. 8. de compositi. local.

no la domeſtica Su çumo beuido tiene gran prerogatiua para la mordedura del alacran, y tambien ella majada y pueſta encima de la mordedura, como lo dixo el Galeno, y como della eſcrinio Raſis en el.23.del conti.cap. 814. *Raſis 23 cõt. c. 814.*

CAPITVLO

8.de la oruga y hinojo.

LA oruga,ſegun Haliabbas,es caliẽte en tercero grado y humida en primero. Aunque ſegun ſentencia de Iſac en ſus paaticulares, y Almanſor enel tercero capitulo diez y ocho,es caliente en ſegũdo, y humida en primero:engendra mucha eſperma, e irrita a luxuria,haze dolor de la cabeça, prouoca orina,relaxa el vientre,leuanta ventoſidad,es de tarda digeſtion,conuiene mas a los frios que a los calientes,haze *Haliabbas, Raſis ad Al. manſo. c. 18.*

erection en la verga, por lo qual el que quisiere tener acceſso con muger coma la ſola, y el que no comala con lechugas, o achicoria, o eſcarola, alomenos coma eſtas ortalizas deſpues de la auer comido, como lo dixo el Gale. en el. 2. de alimen. cap. 50. e como lo dixo Almanſor enel lugar acotado, lo miſmo dixo Paulo Egineta, enel primer libro cap, de oleribus, adonde dize, *Eruca calida eſt. genitale ſemen producit. libidinẽ excitat atq; eam doloris capitis ſpeciem quam cephalæam vocant.* La cauſa porque excita coito y leuanta ventoſidad, es porq̃ ſu calor es mayor, que ſu humedad. Finalmente, haze abundar la leche yda eſperma. empero deſtruye la digeſtion, y aprieta el vientre. El hinojo y el apio, y la oruga ſon de mal nutrimento, a lomenos el hinojo, ſi ſe come mucho del porque aunque es verdad que abre las opilaciones del higado e baço e venas e prouoca vrina, y haze abundar la leche

Gal. 2. de alim
Paul. egine. li pri.

che y aclara la viſta, empero engendra poca ſangre y ſutiliza la demaſiadamẽ te haze colera roxa. Yſi mucho mas ſe vſa, colera aduſta, y finalmente por ſu continuo vſo reſoluiendo lo ſubtil del humor. dexalo mas craſſo, e grueſſo y acoſtumbrandolo anſi, engendra piedra en riñones y vexiga, la cauſa es porque lleua los humores grueſſos y viſcoſos, e indigeſtos a los riñones e venas vreteras, e vexiga, e aunque de ſuyo es prouocatiuo de vrina, caſualmente, y de per accidens es cauſa de piedra por lleuar conſigo el xugo grueſſo a las tales partes, y con ſu calor reſoluiendo lo ſubtil y dexãdo lo mas grueſſo, eſto dixo el Galeno en el libro de ſolutione conti. es caliente en tercero grado, y ſeco en ſegundo, ſegũ que lo dixo Auerroes enel quinto de ſu colliget. *Gal.* *Auer. 5. colli.*

Capi-

CAPITVLO

9. de las lechugas.

ENTRE las ortalizas ay cosa d buen nutrimento, y aprouada. Es la lechuga, la qual es fria y humida en el principio del segundo grado, como lo dixo Auerroes enel quinto de su colliget: aunque Haliabbas enel quinto de su Theorica, y Auicena enel segundo canon, cap. 452. Dixeron que era fria y humida enlo postrero del segundo grado, Y ansi lo quiso sentir Paulo Egineta enel primer libro, cap, 74. Engẽdra mas loable sangre q̃ otra ninguna ortaliza, como lo significo Auicena enel lugar acotado Adõde dixo, que la lechuga cozida, o por lauar, es la mejor, porque quando se laua adquiere vna ventosidad como todas las de mas ortalizas frias, quando se lauan, y que ansi la cozida,

Auerroes
Haliabbas
Auic.
paulo gineta
Auic.

cozida, como la por lauar: cõcilia sueño Rasis.
quita las viglias, conuiene al ardor del sol, a la alienacion del juyzio, quita la ictericia y el ardor del estomago, y por esso dixo Isac Son loables las lechugas Ysac
en hazer buena sangre, porque engendran vna sangre cercana a la natural mejor que todas las de mas yeruas, an si en quantidad como en qualidad, y si no se laua con agua es mejor: porque la agua la añade humidad, digerese pre sto, prouoca orina, aplaca las vascas, o acrimonias del estomago: las quales prouienen de colera, quita el dolor de cabeça que prouiene d colera, es mejor cozida que cruda, acrescẽta la leche en quantidad y qualidad por la buena sangre que engendra. Pero quando ya la lechuga tiene leche, y se ha parado dura y estitica, hazese amarga y abridora, engendra mala sangre: y por ende haze obscuridad enlos ojos, disminuye la esperma, debilita el calor natural, co-

mo lo dixo Rasis enel,3. de almansor, y Galeno enel segundo de alimentis. cap.38.en fin debilita la vista, enfria el cuerpo,y hazele perezoso, daña a los intestinos,quita el apetito de la luxuria porende se deue vsar con moderacion, e no de contino aora sea la lechuga sin leche aora ya de leche,

Rasis3. alman. Gal.2. de ali-

CAPITVLO

10. de la meliſſa, que vulgarmente se llama torongil,e de la menta,que se llama yerua buena.

torongil.

LA meliſſa o torongil segun dize Herculano enel capitulo de melancolia sobre el letificante de Almansor, es caliente e seca enel segundo grado y ayuda a la digestion, quita el singulto,o sollippo,da buen olor a la boca,conforta el coraçon incita el apetito

Item Herculan.cap de melã

tito, cõuiene a todas las enfermedades de flema, e melancolia, quita las ventosidades, porloqual muy bien se puede echar en ensaladas, especialmente en las de lechugas, escarolas e de las mas yeruas frias, la menta quasi tiene las mismas virtudes de confortar el estomago, de mouer el apetito, irrita a luxuria, corrige la putrefaction de los humores: tiene austeridad, e aromaticidad, e porende es muy buena para confortar, e segun auicena enel segundo canon, cap. 496, es de su naturaleza caliente e seca, en segundo grado, porloqual como dize Serapion, se come bien iuntamente con los manjares.

Auic. 2. canõ c. 496

Serapio

CAPITVLO

onze del Mastuerço, Perexil e verdolaga, Mostaza.

Serapp

El mastuerço

EL mastuerço, segun algunos, es caliente y seco en quarto grado. Lo qual dixeron por su acrimonia y mordicacion desmedida. Empero, deuese creer con Auicena en el segundo canõ cap. 510. q̃ es caliente y seco hasta el tercero grado: alimpia los pulmones, conuiene al asma y a la grosseza del baço, Empero por la vehemencia de su mordicacion es dañoso para el estomago: aunque haga y mueua el appetito, aumenta la luxria, y vale para muchas enfermedades, resuelue las ventosidades: empero detiene la digestion, y da dolor de cabeça por los humores que leuãta con su excessiuo calor, tiene fuerça de expeller lombrizes, como lo affirmo Rasis enel 23. de su continente. Dexese para los flematicos, para las mugeres frias en tiempo de inuierno. Pero guardense del los calientes de higado, y los colericos, en especial en tiempo d̃ calor, porque les mouera inflamacion

Auic. 2. canõ. c. 510.

Ras. 23 contin.

y calen

y calentura, como claramẽte se vee, to mandose indicio de su complexion. El perexil tiene la misma propriedad que el apio, porque es vna de sus especies, y por esso no ay que dezir del, sino q̃ como dize Auicena en el segundo canon cap. 549. e Isac en sus particulares: es caliente y seco en fin del tercero grado, y porende es diuretico, prouoca orina y sudores, incita la sangre mẽstrual detenida, resuelue ventosidades, mundifica el higado y madre, abre sus opilaciones y cura sus aposte mas. Empero no se deue comer por via de manjar, porque es difficil de digestion y de mal xugo, sue lese hazer dl salsa cõ vinagre y miga d pan para mouer el appetito de los que no pueden comer las carnes gruessas, empero deuese echar en poca cãtidad, porque no llene los manjares indigestos por las venas, sino solamẽte en cãtidad que pueda mouer al gusto. Final mente, como lo dize Paulo. El apio y

Auic.

Paulus lib. 1. c. de oleribus.

sus especies, el mastuerço la aluahaca, que el llama ocimo, la mostaza, son calientes e secas e mordaces, en especial el mastuerço, son difficiles de digestion e para el estomago desconuenibles, e de mal xugo, la verdolaga, segun que dize Auerroes enel 5. de su colliget, es fria e humida, fria en tercero grado y humida enel segundo, la qual aunque como lo dize Auicena enel 2. canõ. c. 538. por via de nutrimẽto lo tiene poco y no lo able, empero por via de medicina resiste a la colera, conuiene a la inflamaciõ del estomago, e del higado, detiene el vomito de colera, desminuye el apetito y quita el desseo del coito. Finalmẽte como lo dize el Galeno enel segundo de alimentis. cap. 44, La verdolaga en quanto manjar es de poco alimento, y esse q̃ tiene, es humido e viscoso e frio sana la dentera, ansi que por razõ de su intensa frialdad se deue mezclar cõ ortalizas calientes, como con çebollas, e puerros

Auer. 5. coll.

Auic. 2. can. ca. 538

Gal. 2. de alim

e puerros, y en ninguna manera se co
ma sola, sin estas cosas. La mostaza co-
mo lo dize Auicena enel 2. canon cap
678. es caliente e seca hasta en quarto
grado, e porende adelgaza la flema, cõ- *Auic.*
uiene al dolor de las jũturas, e a la scia- *2. can.*
tica, alimpia las humedades de la cabe *can. cap*
ça, beuiendose con agua miel quita la *678.*
antigua aspereza de la caña de los pul-
mones, dshaze el baço. mueue sequia,
irrita a luxuria, especial si se toma en a-
yunas con vino, tambiẽ haze muy buẽ
estomago, e porende cõuiene mas por
via de remedio medicinal, que no por
mãtenimiẽto. Empero suele sehazer cõ
ella y miel y vinagre y miga de pã cier
ta salsa, q̃ se dize mostaza, para comer
carnes gruessas e diffiiciles de digestiõ
como son las de vacas, porque adelga-
za e corta su grossura, e mueue el apeti
to, quita la malicia de la gordura de las
carnes, esus ascos ayuda a la segunda di
gestion, haze yr los manjares al lugar
de la digestion.

CAPITVLO

12. de las eſpinacas y eſparragos.

Eſpinacas

LAS eſpinacas, ſegun que he leydo ſon templadas en calor y frialdad, aunque humidas en ſegũdo grado. Anſi lo dixo Haliabbas en el quinto de ſu theorica, e Auicena enel ſegundo canõ cap. 599. y Auerroes en el quinto de ſu colliget, ſon buenas y templadas, valen mucho para pecho; eſtomago y higado, humedeſcen el vientre, tienen virtud de alimpiar y de lauar, y ſegun Raſis en el. 22. de ſu continente, ſon frias y humidas en primer grado: por lo q̃l ablandan el pecho y el vientre. Y ſegũ Auicena en la quarta del primero: c. 1. ſon de mucha cantidad de humor, pero de poco nutrimento. Lo miſmo ſe deue dezir de los armuelles, que ſe dizen atriplices. Y de los bledos, como lo

Halia. theo. Auic. 2. canõ. c. 159. Auer. 5. colli.

Auic. 4. p c. 1

Armuelles

dixo

dixo Paulo Egineta en el lugar acotado. Los esparragos, como lo dixo Auerroes en el quinto de su colliget, y Galeno en el. 6. de Simplicium facultatibus son templados, aunque declinan vn poco a calor. Lo qual se parece por vn poco de amargor que tienen, pero quitase el amargor con el cozimiento: tienen virtud especialmente su simiēte y rayz de quitar opilaciones de riñones, y si fueren soteños son mas tēplados que los silueſtres, que llamā hormigueros, y porende engendran esperma, son cōuenibles para el estomago, prouocan orina. Pero el silueſtre, es mas caliente y seco, y cuela mas presto, Finalmente, como lo dize el Galeno en el segundo de alimentis. Aprouamos los esparragos por via de remedio medicinal, pero no por via de mantenimiento, porque si alguno tienen es poco y no de buen xugo, empero cozidos y preparados con vinagre, azeyte y sal, son muy bue-

esparragos Auer. 6. sim.

Gal. 2 de ali.

buenos para el estomago, y muy deleytosos al gusto. y sõ purgatiuos.

CAPITVLO

13. de las rayzes de las yeruas, adonde se declaran sus facultades e del ajo e çebollas.

Gal. 2. lib. de alimẽtorum fac.

EL Galeno enel segundo libro de alimentorum facultatibus, reprehendio a Menesiteo, porque dixo, que todas las rayzes de las yeruas eran indigestibles y perturbatiuas y llenas de humidades indigestas, porque como las hojas y ramas se sustenten de las humedades que estan en las rayzes, necessariamente a de auer en ellas mucha copia de humedades indigestas y crudas, y por ende son por la mayor parte de mal nutrimento, e corruptible por

loqual

loqual el Galeno no tuuo mucha razõ de reprehender al Menesitheo, e no basta dezir, que la humidad que es a trayda a las Rayzes se va toda en nutrimento de las hojas e ramas, e que por esso las rayzes no seran malas por razon de las tales humedades, pues se consumen en las hojas, e ramas, como en los cieruos se van sus superfluydades enel nutrimento de los cuernos, porque como siempre las hojas y ramas de las yeruas se sustenten del humor de las rayzes, necessariamente a de auer humor superfluo e indigesto en ellas, por loqual seran de mantenimiento vituperable por la mayor parte, ansi se saca del mismo Galeno enel libro de attenuante victu, adonde dixo en vna palabra, vniuersalmente las rayzes de las yeruas ser muy sospechosas por ser indigestibles, e que por esso no se deuen tomar por via de mantenimiẽto, sino por via đ remedio

Galen. lib. de attenuante vict.

medi

Ajos, y cebollas

medicinal, excepto ſino fueſſen las rayzes caliẽtes, como ajos y cebollas, porq̃ como ſean tan calidas, no admitten las ſuperfluas humidades, tanto como las de mas rayzes. Y pues hezimos mencion de los ajos, dezimos cõ Auicena en el ſegũdo canon, cap. 75. que ſon calientes y ſecos dende el tercero grado, haſta el quarto, y que por via de mantenimiento no conuienen, en eſpecial a los calientes de complexion, porque dañan a la viſta, deſecãdo ſus tunicas, dan dolor de cabeça, encienden la colera, turbã la viſta, dañan los oydos, y los pulmones, y las renes. Y ſi a caſo ay alguna dolencia antigua en los miẽbros, reſucitan la, clarifican la boz, aplacan la toſſe antigua, pero valen contra ventosidad, contra el oluido, contra la aſma, aprouechan al baço, y al dolor de los hijares quando viene de frio, alançan lombrizes, multiplicã la eſperma, mueuen a luxuria. Y dixo Galeno, que no cauſan

Auic. 2. canõ. c. 15.

Galen. 2. met. c. 18.

causa sequia, como la cebolla dañã alas almoranas, altenasmõ al fluxo d vietre alas secas, e lamparones, a los eticos, a las preñadas, a las que crian, empero a prouechã mucho si se comen de parte de ynuierno, porque calientan las frialdades, cortan los humores gruessos e viscosos, por el contrario son malos en tiempo de estio, porque hazen en las tripas vnos dolores mordaces, Esto dixo Rasis enel continente. lib. 21. cap. 180. Por authoridad de Hipocrates enel libro de ptisana, e por authoridad del Galeno, enel 6. de las Epidemias. *Gal. 12. methe. cap. 8.* *Rasis. lib. 21. cont. c: 180.*

CAPITVLO 14. de las cebollas.

LEydo que las cebollas ascalonias son las mejores de todas, empero, porque no vienen a nuestras partes, no

ay paraque tratar dellas, ſino de las que comunmente tenemos, entrelaſquales las que fueren coloradas e dulces ſon mejores para el eſtomago, pero las q̄ requeman, digeren mejor la comida, e multiplican ſu mantenimiento, aunq̄ no es bueno ni loable, eſpecial ſi ſō crudas, e quando no ſe digeren, hinchan e hazen viento, e ſon pungitiuas, e poren de mueuen a luxuria. Empero ſu mucho e frequente vſo daña a los nieruos porloqual ſe deuen preparar, como lo dize el Galeno enel ſegundo de alimentis, de eſta manera, hazerlas cozer dos vezes, e deuen ſe comer con vinagre, azeyte e ſal, e anſi ſe paran mas guſtoſas, e hinchan menos, mantienen mas, ſon mas faciles de digeſtion, multiplican eſperma, e hazen prōptos a la luxuria y tambien mueuen apetito, empero ſon difficiles de digeſtion e de mal nutrimento, como lo dixo el Galeno enel ſexto de ſimpliciun

Gal. 2. de ali-

plicium virtutibus, adonde dixo, que engendran humor grueſſo e viſcoſo, duro de digeſtion, porque pueſto caſo que ſon calientes e ſecas en quarto grado, como lo dixo Haliabas e- *Haliabas.*
nel quinto de ſu theorica, tienen empero vna humidad ſuperflua, e ventoſidad, con la qual irritan a luxuria, Empero Auicena enel ſegũdo canon capite 123. dixo que eran calientes en tercero, con vna humedad ſuperflua, e dixo mas que la çebolla mas larga, es mas acre, e la colorada mas q̃ la blanca, y la ſeca mas que la verde, e la cruda mas que la aſſada, es vna de las coſas que hazen ſoda, que es dolor de cabeça, e ſueño profundo, e empecen al entendimiento, porque con ſu calor leuantan los vapores e humores grueſſos al celebro adõde hazẽ e cauſan ſubet, e ſegun claramente eſcriuio Raſis enel tercero libro ad Almanſorem engendran flema y humores grueſſos, *Auic. 2 canõ c. 123.*

e quando se digeren, prouocan sueño, e iritan a vrinar En fin dize enel 25. del continente. cap. 1. que las çebollas sean de poca acrimonia, e que primero se la uen con agua y sal, e despues con vinagre fuerte, y assi cessara su acrimonia, Despues d̃ las auer comido, se deue comer de vn pepino o cohombro, porq̃ por ellos se prohibe e detiene que su vapor calido suba a la cabeça.

Ras. 3. ad Almanso.

CAPITVLO

15. de los nabos e çanahorias.

Almanso. lib. 3. c. 17. Halia. 3. theor. nabos.

ALmansor en su libro tercero. cap. 17. e Haliabas enel. 5. de su theorica dixeron, que los nabos eran calientes e humidos, aunque causan hinchimiento d ventosidad, e groseza de humores, e por esso mantienen mucho, acrescientan la esperma, prouocan vrina

na ablandã el pecho e garganta aspera calientan los riñones e bexiga, porque tienen virtud de penetrar e adelgazar, tienen admirable propriedad de clarificar la vista, como lo dize Auerroes. 5. colliget, ay dos especies, vno es nabo largo, otro nabo redondo, que se dize en latin, Rapa segun Galeno en el segũdo de alimentis, mejor es el largo por que ayuda mas al pecho, empero ambos son de gruesso xugo, aunque el nabo redondo mantiene mas e tiene mas ventosidad, e por esso incita a luxuria. Pero si se cueze dos vezes, hazese mediano mantenimiento, pierde su ventosidad, alomenos gran parte della, haze se mas digestible, empero si no se cueze mas que vna vez, engendra muchas ventosidades, haze opilacion en las venas. Pues luego deue cozerse en dos aguas, y en la segunda agua echen se especias calientes, y hazerse a ansi de buen mantenimiento, en especial si se

Auer. 5. lib. 03.

2. especies de nabo largo y

Galen. 2. de ali

cueze con carnes grueſſas, como lo di-
Raſis 22.cõtin.cap 445. xo Raſis por autoridad de Galeno, en el veynte y dos de ſu continente, capitulo. 445. E como lo dixo Paulo en ſu primero libro capitulo de radicibus, a donde dixo. *Bunias quidem, aut rapa, ſi bis coquantur non minus reliquis oleribus alunt.* De las çanahorias, que en en latin ſe dizen, paſtinace, dezimos con Paulo en el lugar acotado, que mantienen menos que no los nabos, y que ſon calientes y aromaticas, y que incitã a orinar, empero vſando mal dellas, quiere dezir, por via de alimento, y comida, ſon difficiles de digeſtion, engendran humores vicioſos, ſegun la razon comun de todas las de mas rayzes. Eſto dixo Paulo. Pero dize Raſis por autoridad del Dioſcorides, en el veynte y vno de ſu continente, que la çanahoria es caliẽte y humeda en ſegundo grado, y que tiene agudeza, y mueue humor, y ſangre mẽſtrual, prouoca a luxuria, e hincha,

çanahoria

Paulo. ibidem.

Raſ. 21 contin.

cha,y haze viento. Pero como aya otra eſpecie que es çanahoria ſylueſtre,eſta no hincha,y tiene las demas virtudes que la de regadio,y es de mejor nutrimento,empero deueſe lauar dos vezes, anſi la vna como la otra ſon d̃ mal nutrimento,de menor que el d̃ los nabos de difficil digeſtion,en cõſerua de miel ſe haze mas calida y menos ventoſa y de poca humidad, tiene mayor virtud de engendrar eſperma, e irritar a luxuria,como lo dixo tambien Haliabbas enel quinto de ſu theorica, e Iſac en ſus particulares.

CAPITVLO

16. de los Rauanos e puerros.

EL Rauano segun que escriuio Galeno a Paterniano, si se come en ayunas por via de preseruacion, o antidoto, es gran socorro para conseruacion de la sanidad e para defensa del cuerpo empero hincha e causa regueldos hidiondos, e porende no se deue tomar si no por via de remedio medicinal en poca cantidad, empero no por via de mantenimiento, porque de esta manera engendra en las tripas torsiones, ventosidades, es vituperable para el estomago, lo qual se paresce por el regueldo fetido que engendra, dixeron algunos que ayuda a la digestion, pero como el no se digera, mal hara digerir los otros manjares, aunque si esta cozido es de mas nutrimento que quando esta crudo, su mantenimiento es poco y flematico, es facil de secorroper, multiplica piojos, daña a la cabeça e a los dientes e paladar, y a los ojos, aunque si su agua se destila sobre ellos, los alimpia,

comido

comido antes de los manjares los haze nadar, porque los alça enel eſtomago, e los deriene que no deſciendan al lugar de la digeſtion, é porende es cauſa de vomito, en eſpecial ſi ay encl eſtomago ventoſidad, empero comido deſpues de los manjares, no haze tanta ventoſidad, deſciẽde abaxo por ſu grauedad, haze yr los manjares al hondon del eſtomago, que es el lugar de la digeſtion, e digere ſe deuidamente, e por ende conforta la ſegunda digeſtiõ, Por loqual los que quiſieren vomitar deuẽ le tomar primero que ningun manjar e los que quieren confortar la ſegunda e tercera digeſtion, deuen le comer deſpues de los manjares, porque allende que con ſu grueſſo xugo, haze ir el mãjar abaxo con ſu calor ayuda e conforta la digeſtion, pues ſegun Auerroes enel. 5. del colliget, e Haliabas enel 5. de ſu theorica, es caliente en tercero grado e ſeco en ſegundo, agraua la cabeça, *Auer. 5. colli. Halia. 5. theo.*

empero clarifica la voz,como lo dixo Auerroes enel lugar accotado prouoca vrina,e despues de los manjares, ablanda el vientre, pues luego deuen se comer por via de nutrimento, despues de los manjares,como lo dixo Galeno enel libro de attenuante victu, por via de medicina,antes de los manjares esto dixeron Rasis enel tercero ad almansorem. capitulo 18. e Isac en las particulares, Haliabbas enel .5. de su theorica,e Auicena enel segundo canõ cap.576.El puerro segun Auicena enel segũdo canon cap.544. es caliente en tercero grado e seco en segundo, aunque el que no es de regadio,es mas caliente e seco e porende es peor que el de los huertos, tiene virtud de matar las lombrizes, alançar las,pero da dolor de cabeça, haze ymaginar e ver sueños malos, corrompe las enzias, e los dientes, daña. a la uista, es malo para el estomago,es ventoso, empero co

Rasis.3 ad Almansorem. cap.18.

Auic. 2. can. c.576.

Auic. 2. can. c.544

cozido en dos aguas, pierde todos estos daños, y no es ventoso, quita los regueldos azedos o las azedias, del estomago. Finalmente prouoca vrina, e la sangre menstrual detenida aprouecha para las almoranas comiendole cozido, o punriendole majado encima dellas por via de emplastro irrita la luxuria, tiene cierta stipticidad por laqual detiene el fluxo de sangre de las narizes, y finalmente, quando se toma por via de manjar es inutil, daña al estomago, e a los nieruos por su requemazon, tambien engendra vna fumosidad negra a manera de melancholia, e porende haze y engendra sueños muy espantosos, y daña a los maniacos, e por esso se deuen comer luego tras el vnas verdolagas o, lechugas o achicorias, por que se tiemple su calor e acrimonia empero comiendo se crudo alimpia las arterias de

de rue-

de grueſſos humores, abren las opilaciones del higado, ſu çumo mezclado con azeyte roſado, y encienſo, detiene la ſangre de narizes, mojado crudo pueſto ſobre mordedura de Biuora o d' ſer piente, aprouecha mucho, empero cozido e mezclado con azeyte de alegria e de almendras, incita a luxuria, humedeſce el vientre, vale contra la paſsion colica, de grueſſos humores. Finalmente cozido con miel alimpia los pulmones, e ſu caña enpeçe a la vexiga vlcerada, vſando del mucho, ſe eſcureſce la uiſta, y ſe daña el eſtomago, eſto dixo Raſis enel tercero al Almanſor. cap. 12. y enel 22. del continente. cap. 684. e Iſac en ſus particulares.

Raſis, 3 ad Al. manſo. c. 12. & 20. conti. c. 684

CAPITVLO

17. del Cardo de comer, e de la Alcarchofa.

Algu

ALgunos a auido que confunden el cardo comun que comemos, con el cardo q̃ lleua las alcarchofas, empero muy a la clara se engañan, porque el Cardo comun que comemos, es aquel alqual assi Griegos como Latinos llaman Scolimos, e al cardo de las Alcarchofas llaman en el vno idioma, y enel otro Cinara, por el color de ceniza que tiene, paresce se claramente ser nuestro comun cardo, el scolimos, y no el llamado, Cinara, porque Paulo agineta, hablando del enel primero libro cap. de las ortalizas, dixo que el cardo scolimos e otras yeruas espinosas aprouechauan al estomago, excepta la cinara Lo mismo dixo Aetio hablando del scolimo, e d̃ la Cinara. Finalmente cõuinieron en esto, que el cardo llamado Scolimo, era conueníble e grato al estomago, y que la cinara le offendia, y el mismo Paulo enel lib. 7. dixo, q̃ el cardo llamado Scolimos, era caliente e se-

ic-

co, en segundo grado, e que cozido en vino mouia liberalmente las vrinas hidiondas, e que emendaua el mal olor de los sobacos, e de todo el cuerpo, y enel primer libro, que la Cinara era dura de digestion, e de malino xugo, Porloqual como nuestro cardo de comer sea grato al gusto, conuenible al estomago, y al higado, e riñones facil de digestion, e incite el apetito, e sea de loable mantenimiento, e abra toda suerte de opilacion e prouoque a vrina, hallamos ser el cardo llamado scolimos, E como por el contrario veamos que la alcarchosa engendra mal humor, e corruptible, e altera el higado, e causa escoriacion de riñones aprieta el paladar y la lengua, es contraria a los pulmones e garganta aũ que quaia la leche, como la flor de los mascardos, hallamos que es la Cinara laqual es caliente e seca en tercero grado. Finalmente el cardo de comer

prouo

prouoca vrina, e porque es vn poco ventoſo, juntamente con ſer caliente, irrita a luxuria, tiene ſuſtancia terreſtre, e por eſſo tiene ſabor eſtiptico, haze la lengua aſpera, e daña a los pulmones, e pecho eſpecialmente ſu cima, que es mas aſpera e dura de digeſtion e mas ventoſa. Empero todos eſtos vicios ſe quitan coziendole, e hazeſe de mas loable mantenimiento. Empero comiendo ſe ſobre los otros manjares los haze diſſendir preſto al lugar d̄ la digeſtion, e los ayuda a digerir, lo vno por ſu xugo acerbo, y eſtiptico e grueſſo, e lo otro por ſu calor e ſequedad.

CAPITVLO

18 De las ſemillas e legumbres que ſon para comer.

Las le-

LAS Legunbres,o ſemillas que ſon para comer,no deuen ſer muy nue uas ni muy viejas, ſino que ſean algo viejas,porque las legumbres nueuas, quiero dezir de ſeys meſes atras,ſon grueſſas e viſcoſas, duras de digeſtion, empero ſi vna vez ſe digeren dan mucho nutrimento, e no ſe diſuelven ni deſmuelen facilmente de los miembros, ni tampoco deuen ſer muy viejas,quiero dezir de vn año o mas,porque entó ces ſe a conſumido ſu humidad. Loql claramente ſe pareſce quando echadas en la agua,no ſe reblandeſcen e hinchā ſino que aunq̄ mucho ſe detengan en ella,ſe eſtan duras como de antes,aun que las tales legumbres ſean nueuas, ſi tampoco ſe reblandeſcen en la agua ſino que ſe eſtan de la miſma manera duras,es ſeñal que ſon malas, porque ſe da a entender que tienen vn humor grceſſo e tenaz,alqual no pudo ſu virtud domar ni digerir. Loqual pocas ve

zes

zes acaeſcio en las legumbres nueuas, ſino en las reuegidas, porque les falto ſu humidad natural, pero en las legumbres medias entre las nueuas y las viejas que an paſſado de ſeys o ſiete meſes, es otra coſa, por que tales legũbres ſon de mejor nutrimento, que otras algunas, e ſon mas faciles de digeſtion, e no ſon rebeldes para ſe deſmoler e diſoluer d los miembros, ſon mas idoneas para la conſeruacion de la ſanidad, que no para confortar los miembros e echadas a remojar a cozer en agua ſe hinchan e relenteſcen, por que eſta es vna prueua cierta e vniuerſal en todas las ſemillas e legũbres, Anſi lo dixo Galeno en el libro de euchimia et cacochimia, a donde dixo, que todos los frutos o legumbres, o ſemillas ſecas, que ſecomen, ſi echadas en agua por eſpacio de tiempo no ſe hinchan, e no ſe paran blãdas, ſi no que ſe tienen ſu primera dureza, ſon las peores de todas anſi en indi

Galen. lib. de enchim.

cio como en digestiõ, Empero las que sean al cõtrario son los mejores, pues luego aquellas semillas o legumbres que echadas en agua, o cozidas, facilmente se relentescen, e no son de mal sabor, ni de mal olor, son las mejores, las que faltan en alguna destas condiciones son las peores.

CAPITVLO 19 de la naturaleza de los garuanços en quanto toca a manteni miento.

garuãços Auic.

LOs garuanços, segun Auicena, tienen dos substancias las quales se differencian e apartan, quando se cuezen, la vna es nitrosa o salada, con la qual ablanda e mueue a camara, la otra es dulce cõ la qual incita a vrina, e por ende ay entre los phisicos contiẽda sobre

bre ſus qualidades,porq̃ Auerroes en el 5.de ſu colliget dixo,que eran tẽplada-mente calientes e humedos,e Raſis en el continente lib.12.por authoridad del hijo de Meſue,dixo, eran calientes en ſegũdo grado e humedos en la mitad del primero. Empero Auicena en el lugar acotado,cõuiene aſaber,eñel ſegũdo canon cap,132.dixo,que el garuãço era caliente e ſeco,y que el negro era de mas fortaleza,y tambien haliabbas dixo,que el garuanço era caliente e ſeco,empero q̃ tenia cierta humedad e vẽtoſidad, por la qual cria eſperma, incita a luxuria,e haze leche Para cõcordãciad̃ eſtos authores ſe d̃ue d̃zir,q̃ como el garuãço tẽga dos ſubſtãcias ſegũ q̃ emos dicho por la ſubſtãcia d̃ ſal q̃ tiene,es caliẽte e ſeco,ẽpero por la ſubſtãcia aerea e dulce q̃ tiene es caliente e humido,e ãſi ſe deue de dezir,e de clarar, Epor eſſo dixo Haliabbas enel. 5. de ſu theorica que era caliente e ſeco

Auer. 5.colli. Raſi. lib. 12. conti. Auic. haliab. 5. theorica cap.15.

empero que alcançaua vna humedad accidental e ſuperfiua, Finalmẽte el garuanço para ſer bueno no a de ſer reſzie te, por que engendra mucha ſuperfluy dad, ſino como d̃ ſeys meſes poco mas tiene mucho nutrimẽto, e mas que las hauas és̃ duros de digeſtion, ſi primero no eſtan infundidos en agua, és̃ vẽtoſos, e inchan, hazen buen color en el cuero, y eſto por que aguza el calor natural, e porende haze vn ſpiritu ventoſo que cauſa luzio eterſo el cuero, e mueue a luxuria e azẽ en el cuerpo de la manera que la leuadura en la maſſa, por que anſi como la leuadura dilata e haze creſcer la maſſa, anſi el garuãço comido dilata e hinch'ala carne e la carne anſi hincha da, hinche y en llen amas el cuero, por donde ſe haze mas hermoſura en el roſtro, es vn mantenimiento bueno para reparar e reſtaurar los pulmões, mueue camara, e vrina, a limpia el cuerpo, quiebra la piedra en los riñones

ñones por q̄ es abridor, e deſopila mucho, irrita a luxuria, por tres cauſas, cō viēe a ſaber, por ſu calor e humedad, itē por ſuvētoſidad, itē por ſu mucho nutrimento, Todas eſtas coſas obra con mayor efficacia el garuanço prieto, empero aunque ſea de mucho nutrimento no es loable, Anſi lo dixo el Galeno en el libro de euchimia, y en el libro de attenuante victu, Raſis e Auicena e Auerroes en los lugares acotados.

CAPITVLO

20. de las hauas e ſus propriedades e nutrimento.

Segun que dize el Galeno en el libro de euchimia & cacochimia, las hauas noſerian de mal nutrimento ſino fueſſen ventoſas, por que es tanta ſu vētoſidad que por ningun correctiuo ſe puede

puede quitar d̃l todo, e ansi dixo el mis mo en los comẽtos d̃ victu in acutis, que aũque se cuegã las hauas tres dias no perderá su vẽtosidad Por lo qual se paresce ser de su natural complexiõ e porende dixo Auenzoar en el thersit, q̃ aunq̃ en todas las demas semillas se quite la vẽtosidad por cozimiẽto en so las las hauas no a lugar, por q̃ aũq̃ mas se cuegan no la perderan, empero ya que del todo no la pierdan, pueden per der buena parte de ella, especialmente si se cuezen conpimienta, sal, oregano, tomillo salsero, o si se frien, o si se cuezẽ muchas vezes e sin corteza, por q̃ en la corteza ay gran parte de vẽtosidad, son ventosas como digo, engendrã gruessos humores, e melancholicos, hazẽ da ño al celebro, por q̃ causan sueños horri bles, e temerosos, son como leuadura de las comidas que estan en el estoma go, porque las fermenta e haze crecer son tẽpladas en calor e frialdad, Empe

Auen.

ro

ro las que no ſon verdes enxugan e deſecan declinan vnpoco a calor ſegũ Auerroes en el.5.de ſu colliget, Pero ſegun Auicena en el ſegũdo canon cap. 247.declinã a frialdad, ẽpero tienẽ vna humedad e no poca ſuperflua, eſpecialmẽte las verdes, porq̃ eſtas ſon frias e humedas, anſi lo dixo Galeno en el lib. de atenuante victu, engẽdrã flema gruſſa, acrecientan dolor de cabeça, e imaginaciones a los que tienen la imaginatiua eſtragada, ẽpero las verdes ſõ mas vẽtoſas, engendrã humores crudos, aumẽtan flema en las tripas, y eſtomago e mucha ventoſidad, empero las ſecas, tienen menos ventoſidad, e ſegun los mas phiſicos, tiran a frias empero ſegun Paulo en el libro.1. capitulo ſetenta y nueue pareſce que quiere ſean calientes, pues dixo. *Fabæ lenes ſunt inflãt, & abſtergunt atq; egiptia faba calidior eſt noſtra & ſuperfluitates multas relinquit*

Galen. lib de attenu. victu.

Paulu lib 1. ca. 29.

UNIVERSIDAD CENTRAL
4
BIBLIOTECA

dize que las hauas ſõ blandas e hinchã e alimpiã, e que la haua egipcia, es mas calida que la nueſtra, y que engendra muchas ſuperfluydades, Finalmente ſõ malas para los que ſon tentados de colica ventoſa, o para los que padeſcẽ ruptura, ſon de difficil digeſtion e tardas de deſcendir, cozidas e majadas pueſtas por enplaſtro, maduran apoſtemas y ſi ſe cuezen con ſus caxcaras en vinagre, ſonbuenas para camaras de ſangre e vomito, e dize ſe, que ſi las gallinas ſe apaſcientan de ellas ſe les quiebran los hueuos en el cuerpo, las mejores ſon las mas luengas e no redondas, e las q̃ no eſtan horadadas, e las que ſon ſecas e no verdes como lo dixo Auicena en el lugar acotado.

CAPITVLO 20, de las lentejas e ſus daños en via de manjar.

Sobre

SObre la conplexion de la lenteja he visto varias e diuersas opiniões, por que Hipocrates enel sexto de sus epidemias. La colloco entre los mantenimiẽtos mas frios que ay. Diziendo, *frigidissimus cibus lens milium, cucurbita*, e Haliabas en el quinto de su theorica dixo la lenteja, es fria en segundo grado, e seca en el tercero, Galeno empero en el sexto de las epidemias comentario .5. sobre Hipocrates en el texto acotado, dixo, que la lẽteja era de diuersas substancias, conuiene a saber, de substãcia de tierra, e por ende enfria e deseca e por esta qualidad, aprieta, e constipa, es tambien de substancia que ablanda e relaxa el vientre, que es contraria a la primera, lo qual haze por la substancia de fuego que tiene, prueualo por q̃ puesta por via de emplastro en alguna apostema, tiene virtud de repeller o repercutir, lo qual haze con frialdad, tiene virtud d̃ madurar lo qual no pudria

Hippo. 6. epid.

Gale. ibidem com. 5.

hazer

hazer ſino con calor, Porende concluye, que ni ſe puede dezir abſolutamẽte fria, ni abſolutamente caliẽte, e dixo que aquel texto no era de Hipocrates ſino de otro, a eſta opinió pareſcio allegarſe Auicena en el ſegundo canõ cap. 449. e truxo ay la opinion del Galeno tãbien pareſce q̃ ſe allego a eſta Auerroes enel. 5. de ſu colliget, pues dixo, q̃ las lentejas erã templadas en calor e ſecas, e tambien Iſac en las particulares, pues dixo, que bien mirada la naturaleza dla lenteja era compueſta, de dos contrarias qualidades La vna eſtaua en la corteza, e la otra dentro en el meollo, e que ſegun la corteza tiene agudez y era calida, e por eſto relaxaua el vientre, e que ſegun el meollo de dentro era conſtirpatiua, adſtrigente, conforatiua de eſtomago, e tripas e que porende valle a las camaras diarreas e de colera, Finalmente como lo dize Paulo capitulo ſetenta y nueue es

Auic.

Iſac

Paul. lib. 8. c. 79.

de

de mal mantenimiento causa melancholia aprieta el vientre, especial si se cueze dos vezes, empero q̃ su cozimiẽto cõ azeyte y vinagre y sal q̃ se dize Garo o oxigaro a par de los latinos e Griegos, relaxa el viẽtre mitiga la inflamacion de la sangre, empero de tal manera la espesa q̃ la haze que no corra por las venas, causa sueños malos, engendra mania, que es locura vehemente, causada de colera adusta, causa cancer lepra, elefantiasi, haze daño ala vista, escureciẽdola, e a los nieruos, por su d̃masiada exiccaciõ, causa opilaciones en higado y baço y ỹ venas, aprieta el viẽtre hinche de vẽtosidades, es mala para el estomago, difficil de digestiõ, e mucho peor si se come cõ su corteza, como lo dixo Hippocrates ẽ ellibro d̃ victu acutorum diziendo, *lens adstringit & turbationẽ inducit si cũ cortice sumatur* quiere dezir, q̃ si lalẽteja se come cõ su corteza haze perturbaciõ enel sentido e aprieta por que hinche el celebro

Hippo. lib. de victu. acuto.

de vn humo grueſſo, e melancolico, es mas dañoſa que ninguna ſemilla, de tiene el ordinario de las mugeres en groſſando ſu ſangre, e apretando las venas detiene la vrina, priua del appetito de coito. Eſto dixo Auerroes en el lugar a cotado, eſto Auicena, e, Iſac, e Paulo en los lugares allegados, y Raſis en el 22. de ſu cõtinente cap. 509. Empero la q̃ ſe vuiere de comer en defecto de mãjares, o en enfermedades de ſangre, pues dizen algunos phiſicos que en ellas conuiene, ſe deue eſcoger la que fuere bien madura blanca ancha, la qual ſi cayere en agua no la tiña, deuen ſe echar auna medida de lantejas nueue de agua, e cozer ſe mucho, como lo quiſo Auicena en el lugar allegado, e deuẽ ſe cozer quitada la corteza, y deuen gaſtar dos aguas, de ſuerte que primero cueza vna agua, y verter aquella y echar otra de nueuo, e anſi ſe ponen mejores e mas faciles de digeſtiõ, en eſpecial

pecial ſi ſeguiſan con vinagre, oregano pimiẽta, yerua ſbuena, cominos, azeyte de almendras, o de alegria, como lo qui ſo el author de la corona florida

CAPITVLO

21. de la ceuada e ordiate e como ſe deua hazer e preparar.

LA ceuada, ſegun Auicena en el ſegundo canon cap. 534. es fria e ſeca en primer grado, lo miſmo dixo Iſac en ſus particulares, aũ que Haliabas en el. 5. de ſu theorica dixo, que era fria en primer grado e ſeca en ſegundo, pero cierto es que no viene en tanta ſequedad, Paulo agineta en ſu primer libro cap. 78. dixo. que tenia virtud de refreſcar, e mundificar, e que hecha ptiſana, q̃ quiere dezir ordiate, humedeſce empero toſtada y hecha harina deſeca, es muy

Paul. lib. 1. ca. 78.

mundificatiua, e cuela ligeramente, e ſu nutrimento es menor q̄ el dl trigo, e ſu agua reſfria e humedeſce, e por ende conuiene en febres, o calenturas, nuſtre e mantiene mas natural mente que no las hauas, ni el arroz aunque accidentalmente mas mantienen las hauas, y el arroz, como lo quiſo Ruffo. La razon es, porque como la ceuada tenga mas de meollo, y de ſu ſtancia natural e no ſuperflua ni ventoſa, mas manterna que el arroz, y q̄las hauas, en quanto es de ſi. pero porque ſe digere preſto, e facilmente, e ſe diſuelue preſto de los miembros, e ligera mente cuela, por eſſo es de menor nutrimento que las hauas, e arroz, por que eſtas legumbres ſe detienen mas enel eſtomago e cuelan tarde e difficultoſamente ſe deſmuelem delos miembros, e por eſta razon ſe dizen que accidentalmente mantienen mas, Es la ceuada vn poco ventoſa, e porende

dixo

dixo Rasis e Almansor en el tercero capitulo, 2. que offendia a los que suelen padescer ventosidades, o enfermedades frias, e colica passion, e que conuenia alos que padescian por calor, a los que querian desminuir sus carnes por ser gordos, haze se de ella a quel excelente cibo medicinal que Hippocrates llama, ptysana, y nosotros ordiate, tã celebrado del Hippocrates en el libro que intitulo de vitu acuctorũ, e đ Galeno en los libros de euchimia & cachochimia, y en los libros de simpliciũ facultatibus, adõde ensalçarõ sobre todas las semillas el ordiate para ẽfermedades agudas, dela qual dixeron, q̃ para ser perfecta auia de ser viscosa, lisa, apiñada, o junta, ygual, e molle oblanda deleznable, de vna humedad, templada en comun ansi para sanos como para enfermos se deue preparar de esta manera. Deue se la ceuada de remojar muy bien, e despues refregarse, hasta

Hippo. lib. de victu. acuto. Galen. lib de euchi, & de simp.

que

que ſe quite la coateza,y luego a vna parte de ceuada ſe echē diezde agua e cuega todo haſta que ſe que de en vna parte de diez,e deſpues cueleſe e de ſe abeuer,vale eſta beuida mucho para conſeruar la ſanidad,e para refreſcar e humedeſcer el cuerpo,e ſi quiſieremos refreſcar mas añadamos vn poco de vinagre,e ſi el que lo vuiere de tomar fuere de complexion muy caliente,añada vn poco de ſimiente de adormideras blancas,eſte ordiate es muy ſano para el celebro,clarifica la viſta,engendra muy perfecta ſangre,e mātiene tāto como qualquier pan,ſuele ſe cozer tambien con rayzes de hinojo,e apio, e otras rayzes diureticas, para los que tienen opilaciones,e ſi quiſieremos juntamente refreſcar e relaxar el vientre,e cheſe con el vn poco de mana o dexaraue de nueue infuſiōes o de violetas, q̄ es mas delicado,ſegun Paulo,a vna parte de ceuada añaden quinze de agua, e

vn

vn poco de azeyte e despues de hetuir vn poco de vinagre, Empero despues de perfectamẽte cozido e colado echa vn poco de sal muy molida, e Galeno añade puerro, y eneldo, empero la primera es mas vsual, segun la communidad de los phisicos.

CAPITVLO

22. de las Aruejas, en quanto al mantenimiento.

LAs Aruejas que en latin se dizen Pisa, segun el Galeno, tienen alguna semejança con las hauas, empero no son tan ventosas, ni tienen virtud d mundificar como ellas, e porende son mas tardas de digerir que las hauas. Los aruejones, que se dizen Robeliæ, son menores que las aruejas, e no diffieren en otra cosa, porque ansi la vna semilla, como la otra, son frias e secas, y

engendran mala ſangre y dañan a los nieruos,e ſon ventoſas, como lo dixo Raſis enel .3 de Almanſor. Empero cozidas pierden la ventoſidad e parte de ſu malicia,eſpecialmente ſi ſe mondan de ſu corteza,porque entonces engendran loable mantenimiento.conuienen en eſtio,y en lugares calientes,ſu cozimiento anſi como el de la haua,vale para la toſſe e romadizo,e dolor de pecho E ſi fueren cozidas con çeuada, o cõ ble dos,valen contra calenturas de colera y ſangre,eſpecial ſi añaden verdolagas,e çumo de Granadas agradulces.

Raſis 3 ad alm

CAPITVLO

23. Del Arroz,en quanto cibo.

Arroz

EL Arroz,alqual los Barbaros llamã Riſum,e los Latinos Oriza,Segum Auerroes,es templado en calor e frio, como lo dixo enel.5. de ſu colliget cap. de Ciceribus,lo miſmo quiſo Raſis enel .3,ad Almanſor.cap.2, Empero di-

Auer. 5. colli.

Ras. 3. ad A

xe-

xeron, que era ſeco, e Auicena enel 2. ca
non, cap. 569 Dixo el Arroz es caliente
e ſeco, y ſu ſequedad es mas manifieſta
que ſu calor, e poreſſo dixo Iſac en ſus
particulares dietas, que era caliente en
primer grado e ſeco en ſegundo, ſegun
Paulo en ſu primer libro. ca. 78. Es dif-
ficil de digeſtion, mantiene poco y aprie
ta el vientre empero ſegun Auicena e
nel lugar allegado, es de mucho mante
nimiento, e ſi ſe cueze con leche, e azey
te de almendras, da mayor nutrimento
e mejor, e quitaſele ſu ſequedad, e aſtri-
cion, en eſpecial ſi la noche paſſada a e-
ſtado en remojo de agua de Saluados,
acreſcienta la eſperma, con la agua de
ſu cozimiento ſe quita la ſarna, e come-
zon, e ſe alimpia el cuero, vale contra
los que tienen enel eſtomago e tripas
vaſcas, e torſiones. Cozido entero ſin
partir vale para las camaras llamadas
diarrhæas e colericas, es dañoſo pa los
q̄ ſon tentados de colica e no deſciende
del eſtomago facilmente, ſino es que

Auic. 2. cano c. 569

Paul. lib. 1. c. 78.

se aya cozido con alguna cosa vntuosa, como con leche comun, o de almẽdras en especial, si despues se hecha açucar, enciende a los que son de complexion colericos, e calientes e porende se deue mas seguramente dar a los que son frios. Esto dixo Auicena enel lugar allegado, e Rasis e Isac, e Auerroes, e Galeno enel octauo de alimentis, Empero para q̃ mantenga bien deue primero lauarse e estar en remojo, e despues cozerse cõ leche. Ansi lo quisierõ todos los Sabios phisicos.

LIBRO TERcero de Auiſo de ſanidad, Que trata de las frutas.

CAPITVLO

Primero de las frutas, e que no ſe deuen comer por razon de ſu poco nutrimento.

PORQVE del mucho vſo de comer frutas ſuelen los hombres venir en agudas y mortales enfermedades, dando ſe a ellas deſmoderadamente e ſin freno, tẽgo por bien en eſte tratado dezir, por authoridad de doctos varones, qnam poco e malo ſea ſu mantenimiento, e quañdo conuengan comerſe, e de que manera, e a quienes dañan, e porq̃ no

viuimos para comer, ſino que comemos para viuir, e no podemos viuir ſin que nueſtro cuerpo ſe repare, e reſtaure de lo q̃ d̃ ſu ſubſtancia ſea reſoluido, e perdido, pues de otra manera nueſtro humido radical ſe agotaria, e gaſtaria del calor natural y exterior, y porende nueſtra vida ſe abreuiaria. Y como la tal reparacion e reſtauracion ſe aya de hazer con buenos mantenimientos, e d̃ mucho nutrimento, e los gẽneros de fruta no ſean tales, Pues como dize Galeno enel .2. de alimentis, vniuerſalmente conuiene ſaber que todos los fructos dan humido e delgado mantenimiento fluxible, que preſto ſe diſtribuye por todo el cuerpo, e preſto ſe diſſuelue, e Iſac en las vniuerſales, cap. 26. Todas las frutas mantienen poco, e ſon de mal nutrimento. Sigueſe que con ellas no ſe podra reparar ni reſtaurar lo que ſe diſſoluio, pues requiere que en ſu lugar, ſe reponga mantenimiento, no fluxible, e correntio, como el de las frutas, ſino ſolido

Gal. 2 de ali.

Iſac. diet. vniuer ca. 26.

lido e maciço, e bueno. E porẽd̃ dixo Rasis enel. 6. a Almãsor. Las ortalizas e frutas enllenã el viẽtre cõ poco mãtenimiento, y engendrã enel cuerpo crudos e malos humores, y enel lib. 25. de su cõti. dixo, breue sera la vida d̃ aquel q̃ se mãtiene d̃ mãjares de poca substancia, cõmo son los d̃ ortalizas, e d̃ frutas de cõrteza dura. Ansiq̃ como las frutas seã de poco mantenimiẽto e ruin, no puedẽ si no engẽdrar poca sangre, e ruin humor porq̃ como dize S. Hieronimo sobre el Euãgelista Matheo. *Neque enim fieri potest vt ex malo bonum, aut ex bono oriatur malum.* No puede ser que d̃ lo malo nazca bueno, ni de lo bueno, malo. E porende no podra ser q̃ de las frutas se haga buena sangre, ni buen humor, digo tomando las por via de comida, e sustento principal, porque de cometlas ansi, se seguirã (como dixe) no pequeñas, antes muy peligrosas enfermedades, e porende só sabios los q̃ vsan dellas poco, e mas sabios los q̃ muy poquitas vezes, e sapientissimos los q̃ nũca vsaren dellas.

Rasis 6 ad alsorem & 25 contin.

Hiero. super Math.

CAPITVLO

2. como las frutas no se deuen comer por razon de su particular nutrimento e de algunos notables.

DIximos arriba, que las frutas no se deuan comer por via de mantenimiento, lo vno porque el que tienen es poco, porque son tiernas y blandas prestas para se dissoluer de los miembros, lo otro, porque es malo, la causa de su malicia es, porque son faciles de se corromper e pudrir. Porloqual aunque las tales frutas sean de mucho nutrimento por razon de su malicia se deuen desechar porque traen a los hombres en fiebres y en otras dolencias, y enfermedades diuersas, e por esso dixo Rasis enel libro 23 de su continente, cap. 1. Digo que la mayor parte de las frutas, es para vso de medicinas, e porende su frequente e continua comida, corrõpe la sangre, e assi Auicena en la tercera del primero

Auic. 3. pri. doct. 2. cap. 7.

mero,doctrina.2.cap.7. dixo de ellas, los que vſaren mucho de tales manteni mientos,conuiene a ſaber de frutas,ſon preſtos y aparejados para caer en calen turas,y en la primera del quarto trata- do ſegũdo,ca.44,dixo,la mucha aguo ſidad de la ſangre cauſada de comida d frutas aguoſas, haze putrefaction enel cuerpo,e por el miſmo caſo la muche- dumbre de humor crudo prepara a ca- lenturas e corrupcion,qual es el humor que ſe engendra de cohombros y Pepi- nos,e Peras e de ſus ſemejantes. E por eſſo dixo Iſac en la doctrina .5. cap. 26. Todas las frutas eugendran mal mante nimiento,porque quando ſe digeren la ſangre que de ellas ſe haze eſta muy propinqua a putrefaction,dedonde pro uiene,que las frutas hinchan e engen- dran grueſſo humor,e ſi no ſe digeren, ſe bueluen en mala qualidad, en eſpe- cial ſi ſe comen deſpues del manjar, co- mo ſon las frutas que el Galeno enel. 2. de alimentis,nombra horarias,que ſon *Galen. 2.de ali- ment.*

las

las que se maduran en mitad de los Caniculares, las quales facilmente se corrõpen, como es la calabaça el Melon, las Moras, los Prisços, los Duraznos, đ los quales, aunque sean faciles de digerir, se engendra de dentro de las venas vn humor malino, el qual por luengo tiempo escondido viene en corrupcion, ẽ causa fiebres e calenturas de malina naturaleza, como el mismo lo dixo enel libro đ Euchimia. Por lo qual deuen se todos guardar, en especial los moçicos, đ tales fructas mayormẽte si son las horarias, como melones, y moras, y duraznos, y cohombros, e pepinos, y mucho mas en tiẽpo de octoño, como lo escriuio Rasis enel. 4. de Almãs. c. 26. Auicena en la. 3. del. 1. doctr. 5. c. 1. Sõ especialmẽte malas las fructas para los estudiãtes, y para los q̃ son flacos y achacosos, de la cabeça, porque hinchẽ de vapor la cabeça, y por ende sus sentidos se embotan y perturbã, e las obras del entendimiẽto se impiden, porq̃ no ay cosa q̃ tãto va-

Raſ. 4 ad alm cap. 26

to vapor engendre como la fruta, eſpecial la del eſtio llamada horaria, como lo dixo Auicena en la. 13. del. 3. tratado. 1. c. 16. Y para concluyr razones, no ay coſa que mas haga para la conſeruaciõ de la ſanidad que dexar las frutas, como coſa humida y corruptible, y allegarſe a loables mantenimientos.

CAPITVLO

3. a quales hombres menos dañen las frutas y a quien mas, y en q̃ tiempo ſe deuan comer.

POR QVE como dize Yſidoro. Suma miſeria y deſuentura es no ſaber a donde vas. Tengo por bien en eſte capitulo declarar, a quien ſean las frutas mas dañoſas, y a quiẽ menos, por q̃ nadie por ignorancia cayga en peligro, y porque ſe ſepa, quien puede comer las frutas con mas ſeguridad, y quien

Yſidoro

con

con temor, e por esso se deue dezir con Auicena, en la tercera del primero, doctrina, 2, ca. 7. Que las frutas no son cõ uenibles para los hombres delicados e holgados, que viuen en regalo e sossiego ni para los viejos, ni muchachos o niños. Ni finalmente para la gente q̃ no trabaja, ni se exercitan, por dos razones, La vna porque en razon de mantenimiento a ninguno aprouechan, antes dañan. La otra porque especialmente en gente de esta manera, se hazen veneno, e ponçoña, que congela e sobremanera enfria, matando los cuerpos por diuersas vias e maneras, porque como hinchen, y enllenen el cuerpo de sangre aguosa, e fluxible, e de crudezas, como las tales superfluydades e aguanosidades, no se resueluan con trabajos ni exercicios, bueluense por discurso de tiempo en el estomago e venasen, vna colera porracea, y eruginosa. como de color de cardenillo, laqual trae accidentes mortales, e frenesias, como muy bien lo

Auic. 3. 1 do 2. 7.

dix

dixo el Galeno enel ſexto de las Epidi- Gal. 6. epi.
mias,adonde dixo, que la colera erugi-
noſa,engendrada de muchos dias por
los malos alimentos,qnando empareja
con el coraçon,en quatro dias mata, co
mo de antes no moſtraſſe malicia ni da
ño alguno,e traxo por comparacion la
mordedura del perro rauioſo. Empero
aunque es verdad que la comida de las
frutas ſiẽpre conſigo trayga daño, pues
no es otra coſa ſu mantenimiento, ſino
vn çumo aguanoſo e vna ſuperfluydad
humoral que hinche la ſangre de hu-
midades,e crudezas e haze ebullicion,
y eferuençia enel cuerpo, cercana para
engendrar fiebres e calenturas, cierto
para eſtomagos e cuerpos calientes e
ſecos,e para gente trabajada,y exercita
da,e para mancebos e colericos,e para
canſados,e deſecados de caminos, ſon
conuenibles,porque con ſu çumo ſe re-
frezcan y ſu ſequedad ſe tiempla,e para
de preſente dã grã refrigerio e aliuio al
cuerpo,digo depreſente, porque ſi deſ-

pues

pues de comer las tales frutas, como sõ aluarcoques, duraznos, prisços, peras, melones, pepinos, cohombros, no torna a se exercitar para resoluer y gastar la superfluydad aguosa que se engẽdro de las tales frutas, como se guarde y este en las venas, sin se consumir, verna despues a hazer fiebres y diuersas enferme dades. Ansi lo dixo Auicena enel lugar allegado, Empero es muy vtil y necessaria la comida de las tales frutas para los que antes y despues se exercitan y trabajan. Ansi lo dixo Isac en sus vniuersales dietas, cap. 27. diziendo, cõuiene en todo tiempo, que los que comen las frutas se guarde dellas como de malos mãjares, sino fuere quando ha precedido gran trabajo, o de camino largo, o de mucho calor, porque en tal tiempo es necesario, que la se quedad se tiemple y el calor se refrigere, Porque auiendo sequedad e calor, bueno, es dar frutas humedas, como Moras ciruelas, vuas, higos, prisços, pepinos cohombros, ni cõuiene

Auic. iid em

uiene enfriarſe por defuera, ni lauarſe muchas vezes, ni tomar nieue, porq̃ el que no tiene coſtumbre de vſar nieue, deue huir della. Porq̃ aunq̃ los joueues e mancebos de preſente no ſienta el daño de la nieue, empero poco a poco ſe va haziẽdo grande, porq̃ ſaliendo de la edad juuenil, y entrando en mas edad, caen en muchas e diuerſes enfermedades, que ſon incurables, e por luengo tiempo inſiſtẽ en las junturas haziẽdo gota, y en los nieruos haziẽdo perleſia, y eſpaſmos. Boluiendo pues a lo de las frutas q̃ no las comã ſino los q̃ trabajan dixolo tãbien Raſis enel 4.a Almanſorem capitulo quarto. Lo miſmo dixo Galeno enel .2. de alimentis. capit.1. y enel libro de Euchimia. A ſe tambien de aduertir que las tales frutas no ſe comã deſpues de otros mãjares, ſino antes e al principio, ſino fuere que las tales frutas ſean Eſtipticas e acerbas, o agrias o azedas. Las quales ſe detengan e retarden enel eſtomago, pues en tal caſo

Raſi. 4 ad al. cap. 4.

Gal. 2 de alim

caſo ſe deueran comer a la poſtre de los manjares, tales frutas ſon, membrillos, mançanas azedas, peras, anſi lo quiſo el Galeno enel libro. 2. de alimentis, dizien do, conuiene tener en la memoria, como precepto comun en todo, que todas las coſas que fueren de mal xugo humidas e deleznables, que facilmente ſe van, ſe coman primero, que las otras co ſas, porque de eſta ſuerte ligeramente deſcienden y abren camino e via, para las de mas comidas: empero tomandoſe ala poſtre, corrompen a los manjares que hallã enel eſtomago, E tengaſe anſi ſo, que deſpues que las tales frutas ayan deſcendido, coman luego tras ellas otro manjar, porque ſi a caſo ſe comen deſpues de otro manjar corromperle han, e hazerle han deſcendir indigeſto a las tripas, e venas miſeraycas.

¶ Capitulo

CAPITVLO

4. adonde se muestra q̃ frutas principalmente se deuen euitar, y si conuenga beuer vino, o agua tras ellas.

DIximos que cõuenia comer las frutas verdes, o humidas, alos jouenes o mancebos, a los trabajadores, a los exercitados, especialmente enel estio, y no en otro tiempo y antes de otro mãjar. Empero hase de aduertir, que esto no se deue entender de todas frutas, sino solamente de las domesticas, y no silvestres. Y de las domesticas, no de todas sino de las loables y mejores, de las de blanda y tierna corteza, de las perfetamente madutas, y no de las mas. Assi lo quiso el Galeno en el libro de Attenuante victu diziendo. De las frutas menos molestan las q̃ ablandan el vientre, como son las moras, las ciruelas, las guindas, los higos. Empero, las que son

Galen. libr. de attenu. victu.

Y tar-

tardas de deſcendir ſon peores q̄ todas, eſpecialmente ſi ſon duras para los cuer pos,porque no ſe deue guſtar deſtas, pe ro deuenſe guſtar las que ſon buenas pa ra poderſe guardar,como ſon las peras, las vuas,los membrillos, Finalmẽte las frutas domeſticas que tienen la corteza blãda y delgada,ſon las mas loables, porque la corteza delgadita y blanda de mueſtra que ſu ſuſtãcia es delgada y hu mida y huiana , y preſta para penetrar por las venas,y obediente a la naturaleza,e por̃ dixo,que los higos ſon la mas loable fruta de quantas tienen corteza,y las vuas tienen ſegũdo lugar deſpues de los higos ſi eſtan biẽ maduras, y las frutas ſilueſtres ,y las domeſticas no maduras no ſe deuẽn comer,porque todas ſon eſtipticas,frias,de grueſſo xugo,difficiles de digeſtiõ, tardas de penetrar por las venas;eq̄ hazẽ mucha tardãça enel eſtomago,eſpecialmente las frutas que eſtan por madurar,y las que ſe maduran antes de tiempo entre paja, o de otra

de otra manera, porque anſi eſtas frutas como las ſilueſtres, aunq̃ eſten bien maduras no ſe deuen comer, no ſolo de los ocioſos y regalados, empero ni aun de los exercitados y trabajadores, porque ſon d̃ maligno y deteſtable nutrimẽto. Ni mas ni menos ſe deuẽ mucho huyr las frutas venenadas q̃ eſtã carcomidas d̃ guſanos, porq̃ ſõ mortales y empẽçoñadas, y el menor daño q̃ hazẽ es corrõper, e inficionar la ſãgre y hazer fiebres mortales, como lo dixo Raſis en el lib. primero de ſus afforiſmos. Pues luego deuemonos guardar de todo genero de fiutas q̃ no eſte muy biẽ madura en ſus arboles, y eſcogerlas muy biẽ maduras en ſus arboles q̃ ſe puedẽ guardar por todo el inuierno haſta la primauera, porq̃ es aueriguado q̃ las frutas no ſe pueden madurar bien ſino con el calor del ſol, como lo dixo Ptholomeo en el. 1. de ſu quadripartita. capit. 4. y como lo dixo el Gale. en el quarto de ſimpliciũ facultatibus. Haſe tambien de aduertir, que

Raſis lib. 1. aphoriſ.

Ptho. 1 quadri partit.

ni antes del comer de las frutas, ni luego deſpues, ni cõ ellas, no ſe coma otro manjar, porque no ſe corrompa y empodrezca. ſino que acabando de comer la fruta humida aya mouimiẽto de andar o paſſear haſta que la fruta vaya a baxo y entonces ſe puede comer otro manjar, porque de otra manera mezcladas con los otros manjares traeran grande daño en las venas. Empero ſi viniere ſed deſpues de comer las tales frutas, no ſe deue beuer vino en mucha quantidad, como quando ſe beue por via de nutrimento y beuida ſino en poca quãtidad, y puro, y eſto por via de remedio medicinal, porque cõmo dize Galeno en el ſegundo commentario dela dieta delas agudas. Eſte tal vino tomado anſi puro en poca quãtidad, es cauſa que la tal fruta ſe digiera bien, y no la lleua indigeſta y crada por las venas, mas antes primero que ſe deſtribuya por las venas, ya la ha digerido, o cozido. Eſto ſe deue entẽder quando la fruta es fria y humida, y el eſto-

Gal. 2. cõmen. victu acut.

el eſtomago no es calido, tales ſon melones, pepinos, ciruelas, priſcos. De otra manera, ſi la fruta es caliente y ſeca, y el eſtomago es caliente, deueſe beuer agua tras ella. Dixe q̃ el vino q̃ ſe deuia beuer tras la fruta fria y humida, auia d̃ ſer poco puro fuerte bueno, y odorifero, porque ſi fueſſe mucho aguado, que ſe tome por via de beuida, en tal caſo mezclandoſe con el xugo de la tal fruta, haria muy mala ſangre, y el vino lleuaria al xugo de la fruta haſta las extremas partes del cuerpo, eſpecial ſi la tal beuida fueſſe tras melones, y anſi dixo el Galeno en el ſegundo de alimẽtis, capitulo de cucumere, que el tal vino beuido tras la fruta haze vna mezcla, la qual guardada por largõ tiẽpo en las venas, hara venir en corrupcion y en fiebres, y calenturas de mala coſtumbre.

Gal 2. de ali.

CAPITVLO 5. de la Alcaparra.

LAS alcaparras, anſi en ſus hojas, y raizes y cortezas, y ramas, como enſu fruto, ſon muy vtiles enla medicina. Empero aqui ſolamente haremos mençiõ delos frutos. Delas quales dize Auicena enel. 2. canõ c. 42. q̃ ſon caliẽtes y ſecas en ſegundo grado. Empero Auerroes enel. 5. de ſu colliget, dixo q̃ erã caliẽtes en ſegũdo grado, y ſecas en tercero, por q̃ dixo q̃ erã de ſuſtãcia de tĩra, y de ſuſtãcia aduſta, ignea y ſubtil, lo qual ſe parece por ſu amargor ſeñalado, Noviẽẽ a nueſtras partes ſino ſaladas, y porẽde las comemos ante de los manjares adereçadas cõ azeyte y vinagre, y primero cozidas en agua. Son de poco nutrimẽto, empero las verdes y por ſalar, ſon de mucho mas nutrimento, ſon mũdificatiuas, aperitiuas, y reſolutiuas, cozidas, ſon para cõtra todas las enfermedades d̃ baço, anſi comidas, como pueſtas por emplaſtro, euacuã melancolia y humores grueſſos, anſi por camara, como por vrina. Prouocã el ordinario delas muge-

Auic. 2. canõ c. 42.

res,

res: son fuertes y de muy delgada sustancia: con uienē para despertar la gana del comer, confortan el estomago si se comen cozidas y adereçadas cō vinagre. Porque todas las cosas adereçadas con vinagre adquieren mucha subtileza, y refrescan el higado Las que se comen sin adereçar son dañosas al estomago: ansi lo dixo Rasis en el veynte y tres de su continente, capitulo. 664. E Dioscorides libro segūdo, capitulo. 165. Son malas por via de nutrimento: porque causan sangre colerica y negra, hierē y dañan los neruios del estomago: pero pierdē esto en su cozimiēto. Esto dixo Isac en las particulares dietas: y todo lo sobredicho Galeno en los libros de alimētis: y Paulo enel. 1. lib. c. de oleribus. Auicena, Auerroes. Rasis, Isac en los lugares allegados.

Rasis 23. cō. c. 664

Diosc. libr. 2. c. 165.

Paul. lib. 1.

CAPITVLO

6. de los melones, y de sus qualidades, en quanto manjar.

LOS melones, segun Galeno enel segundo de alimentis, son en dos maneras. Los vnos se llaman, segun el, pepones, y segun los barbaros, batheca, o anguria, que nosotros dezimos Badea. Los otros llama el Galeno, Melopepones, y hase distincto capit. de los vnos y de los otros. Estos de quien primero Galeno haze mencion, que se dizen Batechas, o Badeas, llaman tambien los barbaros melones indicos, o Sarracenicos, los quales son grandes, y tienen la caxcara verde, y la carne blanca, y la simiente negra, son frios segũ el mismo, y muy humidos. Auicena en el segũdo canon, cap. 93. dixo, que eran frios en el principio del segundo grado, engendrã y causan passion colerica, que es vomitos y camaras, prouocan a vrina y mocho mas su simiente, aprouechan mucho para piedra de riñones. Empero, quando se corrompen en el estomago, se bueluen en naturaleza de veneno y ponçoña, y porende conuienen q̃ luego como

Auic. 2. canõ c. 93.

como agrauan ſe ſaquen con preſteza, con todo eſſo no ſon faciles de corrupcion, y ſon vtiles a los caluroſos de eſtomago, y a los que padeſcen fiebres por razon de ſu frialdad amatan la ſed, y humedeſcen mucho, engendran flema, y humores grueſſos, reſiſten a los humores mordaces del eſtomago y higado, engandrā ſangre aguoſa, por ende ſe corrige ſi es colerica. E tienēſe en parte para los ardores por mejores que las coſas acetoſas, o azedas, porque las coſas azedas, como el oximel, o xaraue de azederas, enmagreſcen el cuerpo, y deſecan, y no humedeſcē, y aun a caſō hazē excoriacion en las tripas, q̄ es diſenteria, etenaſmō, y por adſtricion q̄ tienē ſe cauſa atapamiento y opilacion, ſi fueren azedas y eſtipticas, pero las coſas frias y humidas deſabridas, que ſon de delgada ſuſtācia y dulces, como ſon las naranjas dulces, y eſtas Badeas, engendran en el cuerpo vn xugo aguoſo, y ſutil, que corrige la acrimonia de la ſan-

gre colerica que esta en las venas quando se mezcla con ellas. Finalmente enfrian mas que todos los generos de melones, y son mas duros de se alterar en el estomago: no se deuẽ comer cõ otro manjar porque le corromperan: deuen se de comer primero que el manjar, y no despues: porque si despues de comer de tal suerte le pueden corromper, que se tornen veneno, son en quanto alimẽto totalmẽte de mal xugo frio y humido, que mueue vomitos, y sino se digiere, causa fluxo colerico: su simiẽte mueue vrina, quebrãta la piedra de los riñones, y mundifica cõ vehemencia, como lo dixo Paulo lib. 1. cap. 80. El otro genero de melones que llama el Galeno Melopepones: entiendense que los que aca dezimos Romanos y no Castellanos, los quales el no conoscio: y es la razon, porque hablando el de los Melopepones, dixo, que no mouian tanto la vrina, como los pepones, o Badeas, y que no eran tan humidos: en fin segun lo que

Paulo. lib. 1. c. 80.

lo que dize le haze ser no poco semejãte a la Badea: porque el ser mas, o menos humido, no le varia de su semejança: y porende Isac dixo en las particulares dietas, que son melones del estio, que son los que dizen los Griegos Melopepones, son en dos maneras, vnos son redõdos, y otros sõ largos, y ansi el vno como el otro son frios y humidos en la mitad del segundo grado. E dixo mas, q̃ el redõdo, q̃ es el q̃ llamamos Castellano es de xugo mas grueso y mas dulce, y q̃ por ser assi de xugo grueso se hazie redõdo, porq̃ apesgaua tãto a vna parte como a otra, y q̃ era mas dañoso que el luengo: y que el melõ luengo era d̃ xugo mas aguoso y delgado, y que como fuesse de naturaleza de agua corria abaxo mas que arriba, y que ansi se hazia luengo, y que este era mejor que el redondo, aunque no de tanto sabor, antes desabrido poco menos que la Badea por lo qual, como en humidad y desabor se allegue mucho mas a la Badea q̃ el Ca-

el Galeno llama, Pepon, y ſea de mucha humidad, poca menor que la Badea, ſigueſe que es el Melopepon de Galeno, porque el Melon Caſtellano en compa racion del Romano y de la Badea, ſi es bueno, es de mucho menor humidad y aguoſidad, y es muy mas ſolido y duro de digeſtion, aunque tambien prouoca a vrina. Eſte es mi pareſcer, diga lo que quiſiere Laguna. Empero anſi el redon do, como el largo, quiero dezir, anſi el Romano, como el Caſtellano, ſon frios y humidos y mundificatiuos, y ſu carne ſe conuierte en el humor que halla en el eſtomago, y no es facil de digeſtion, en fin ſon dañoſos para el eſtomago, y mucho mas el Caſtellano, ablandan y mollifican le ſus neruios, y hazenle correntio. Sō malos para los achacoſos de paſſion colica, empero buenos para los calientes de higado. Los melones Caſtellanos engrueſſan mas la ſangre y detienenſe mas, ſon mas difficiles de digeſtiō, pero por ſu humidad grande mue-

uenn vrina,e alimpian mucho, e deslauan,loqual hazen los melones Romanos,con mas preſteza,e vehemẽcia.Finalmente,anſi los vnos como los otros ſon de poco e mal mantenimiento, e ſi quando empieçan a agrauar e dar peſadumbre enel vientre,no ſe ſoccoren cõ algo,hazenſe veneno e ponçoña,e los q̃ ſon caſtellanos, que ſon mas dulces, e porende menos frios, declinan mas a colera,e los demas a flemma los quales cõ mas efficacia,matã la ſequia e hume deſcen e mueuen vrina,Pero para euitar los daños que hazen,deueſe comer tras ellos agengibre, encienſo, almaciga,hinojo,anis,ſi los que los vuieren comido,fueren frios de eſtomago. empero,ſi fueren calientes,tomen vn poco d̃ xaraue de granadas, o oximel, eſto dixo Raſis enel tercero de Almaſor,c.20 y enel 25.de ſu continente, capitulo.1. Auicena,Galeno, en los lugares allegados,deuenſe comer,mucho antes que los otros maniares.

Capi

CAPITVLO 7 de la calabaça y su nutrimento.

SEGVM Auicena en el.2.canon capitulo.179. La calabaça es fria y humida en segundo grado, y cozida es de algun mantenimiento y sustentacion, si se digiere: porque sino se digiere, luego se corrõpe, como lo suele padescer quá do se junta en el estomago con algun mal humor, el mantenimiento que engendra es como agua, o como el de las moras. Empero hazese loable si se cueze con membrillos, o con çumo de granadas, o de agraz, o con azeyte de almẽdras, deciende presto del estomago por causa de su mucha humidad, engendra humor flematico: y por esso no es conuenible para los flematicos, ni melãcholicos, pero es bueno para los colericos y sanguinos, aunque mejor para los colericos, Es como materia de los alimentos, porque ella de si no da sino vn mã

teni

tenimiento de vna ſuſtancia ſimple y ſemejante toda en ſi, y ſi ſe junta con otra qualquiera coſa, da el alimento de aquella coſa con quien ſe junta: porque ſi ſe come con moſtaza, engẽdra vn humor mordaz cõ calor manifieſto. Si cõ ſal, engendra humor ſalado. Si con çumo de mẽbrillos, engẽdra humor acerbo y eſtiptico, es dañoſo para el eſtomago y tripas, y para los achacoſos de paſsiõ colica, eſpecial ſi ſe come cruda, porque cauſan aſtos, vomitos, y vn humor de agua y delgado. Puedeſe dar a los flematicos cozida cõ pimiẽta, apio, yeruabuena, moſtaza, comida ſin eſtas coſas, deſtruye el apetito, y relaxa el eſtomago, mata la ſed, y el ardor de higado y eſtomago, y ſi ſe come muy amenudo cria tenaſmon, como lo dize Raſis enel. 4. de ſus aphoriſmos. Empero corregirſe ha eſta malicia ſi ſe adereça cõ vinagre y otras eſpecias. Si vna vez ſe corrõpe el eſtomago, hazeſe de muy mal mantenimiento y hazeſe tarda de deſ-

Tenaſmon es puxo.
Raſ. 4 aphori.

de descendir y engendra vn humor desabrido, todo esto dixerõ Isac en las particulares dietas, Auitena enel lugar allegado, Auerroes enel quinto de su colliget, Rasis enel tercero de Almansor. c. 18. Ay otro genero de calabaças que se dizen de la India, de figura de melon, y estas son de carne mas solida y firme y dura de digestion, de xugo grueſſo, y q̃ difficultosamẽte se ablanda sino cõ mucho cozimiento, y con todo esto son de mal mantenimiento, enfrian, y humedecen, y no tienen facultad de mouer camara, porque no son mundificatiuas.

CAPITVLO

8. de los pepinos y cohombros, y de sus propriedades para se comer.

SEGVN escriue Rasis por autoridad de Bimasui, anſi los cohombros como los pepinos son frios y humidos en se-

en ſegundo grado caſi al fin en el. 23. de ſu continente cap. 61. adonde dixo. Los cohõbros y los pepinos ſon frios y humidos del ſegũdo grado: empero el pepino es peor que el cohombró, porque engendra en el eſtomago vn humor grueſſo y viſcoſo: el qual procede crudo por las venas, del qual ſi redunda ſe hazen fiebres cronicas: quiere dezir, de largos dias, y no prouocan tanto la vrina como los melones, y preſto ſe corrompen en el eſtomago: y los que le comen deuen luego tras el comer vna ſemilla que dizen Ameos, que es como alcaraueã, con tal que el eſtomago no eſte inflamado. Y finalmẽte el anſi miſmo dize eñl quarto de ſus aphoriſmos, es vtil al eſtomago caliẽte. Eſto dixo Raſis, en lo qual conforma con todos los que del pepino eſcriuieron. Y Galeno y los demas Griegos no hazẽ mencion ſino del pepino, al qual llaman Cucumer, o Cucumis, porque el cohombro en pocas partes ſe halla ſino en Eſpaña, quierẽ algunos

Raſis 23. cõ. c. 611.

Gal.

gunos dezir, que el cohombro aya naci
do del pepino, porq̃ guiando al pepino
por vna caña horadada se hizo cohom-
bro, de la simiente del qual se hizieron
despues los cohõbros. Es el cohombro
frio y humido en segũdo grado, es mas
loable q̃ el pepino, por su tortuosidad le
llamaron cohombro de culebra, porq̃
esta torcido y largo a manera de cule-
bra, es mas loable que el pepino, porq̃
como se estiende y cresce en mayor lon
gura, es mas exercitado y menos humi
do, y poren le mueue menos vrina que
el pepino, porque el pepino es mas pe-
sado al estomago porque es mas frio,
conuiene a saber en tercero grado, y es
mas dañoso a las hebras, y nernios del
estomago, y porq̃ es mas humido mue-
ue mas la vrina, empero el cohombro,
aunque es dañoso al estomago, y si ha-
lla algun manjar crudo en el estomago
le conserua, ansi en su crudeza, y no le
dexa digerir, empero con todo esto no
es tan dañoso como los melones, por-

que

que el cohombro y aun el pepino ſolamente reſiſten a la virtud digeſtiua, y offenden al eſtomago. Empero los melones relaxan la ſuſtancia del eſtomago, y conuiertenſe en humores venenoſos, los quales hierē al eſtomago. Eſto ſe entiende quando los melones no ſe digeren como deuen en el eſtomago, porq̄ ſi biē ſe digierē mejor humor criā eñl eſtomago, q̄ los cohōbros, porque el cohōbro es de grueſſo xugo, cercano a fiema vitrea. Finalmente, porque los cohombros ſon menos humidos que los pepinos, porende menos mueuen vrina, empero mejor mantienē que los pepinos, los quales ſino ſe digieren ſe bueluen en humores cercanos a veneno. Llamā a los cohombros Cucumeres, y a los pepinos Citrulli, porque deſpues de perfectamente maduros ſon amarillos como cidras.

CAPITVLO

9. de los hongos, exetas, y de su malicioso nutrimento.

LOs hongos, segun Dioscorides en su libro quarto, son en dos maneras. Vnos sõ mortiferos, y otros no mortiferos, podemos romancear, que vnos son hongos que son los malos, y otros son los que llaman vulgarmente, xetas que son los hongos mas sanos: y a estos pienso llamaron los antiguos, boletos: estos son mas olorosos y mas enxutos, blancos por arriba, negros tirantes a roxo por a baxo, pequeños y apiñados: los quales nacen por Abril en los prados con las primeras aguas. Los mortiferos se paran de mil colores en cortãdolos. Destos son los que nacen junto adonde ay escorias de hierro, o junto al hierro, y porende son como de color de cardenillo por a baxo, y los que nacen junto a cosas de estiercol y podredumbre,

y los

ylos q̃ nacen a par de animalejos ponçoñosos.y los que nacẽ a par delas oliuas, porq̃ de la oliua se les pega mucha vescosidad gruessa:y finalmente los que nacen jũto a muladares. Todos estos engẽdrã apoplexia y espasmos, sincopas, matan de presto,traen ahogamiẽto. Pero es socorro contra ellos el estiercol de la gallina beuido con vinagre,o oximel con calamento, que es la yerua nieta. Los que se dizen xetas y boletos, q̃ son los que no matã,son tambien muy malos,porq̃ ansi los vnos como los otros, son frios y humidos en fin del tercero grado:engendrá mal humor,y gruesso, son difficiles de digestion,causan vomitos y camaras,ahogan si se comen muchos,porque comidos,como vna espongia se hinchan en el estomago y empapan de los humores que estan en el estomago,y a par,e ansi hinchados vienẽ a comprimir los pulmones y a ahogar. Empero corrigẽse su malicia si se cuezẽ primero en vna agua,y dipues los estru

jan, y los tornan a cozer en otra, guisandolos con pimienta, canela, clauos, agengibre, oregano, especias olorosas, comáse despues dellas aluahaca campesina, peras, beuase tras ellas vino puro, no por via de beuida sino por via de correctiuo, porque beuiendolo por via de beuida en cãtidad aguado, lleua el humor de los hongos hasta las postreras partes del cuerpo, como lo dixo Auicena enel segundo canon, cap, 275. y en la tercera del primero. Finalmẽte, despues destos y de los mortiferos se tome el mitridato, la atriaca, la confection de las tres pimiẽtas, el diacimino, como lo dixo Rasis en el. 22. de su continente, capitulo. 584. Tambiẽ es bueno comer tras ellos el mastrãto, finalmente nos guardemos de los mejores, porque son muy dañosos, y peligrosos, porque como dixo el Galeno en el libro de euchimia. Yo vi a ciertas personas que murieron de comer hongos.

Auic. 2. canõ 6. 275

Rasis. 22. cõtin. ca. 584.

Galen. libr. de euchi.

Cap.

CAPITVLO 10. de las turmas de tierra, y de sus qualidades, en quanto son manjar.

COmo lo dize el Galeno. Todas las cosas nacidas sin sabor, o sin alguna acrimonia al gusto, y finalmente sin sabor alguno, naturalmẽte son peores que todas las de mas cosas de comer, como son los hongos y las turmas de tierra, por la malignidad de la tierra adõde nasce, y por el mal humor de q̃ se crian, aunque como lo dize Rasis enel tercero de Almansor, cap. 18. Los hongos son mucho peores que las turmas, porque si las turmas primero se cuezen en vna agua, y despues se guisan con sal y azeyte y especias, no son mal nutrimento, como lo dixo Galeno enel libro de euchimia, adonde dixo. Que aunque son de gruesso xugo, empero no son de

Gal.

Rasi. 3. ad Almanso. c. 18.

Galen. libr. de euchi.

mal nutrimento, no tienen ſabor, y ſon duras de digeſtion, y la empiden, agrauan el eſtomago, cauſan perleſia, y apoplexia, detienen la vrina, hazen mal de riñones, engendran flema grueſſa, cauſan paſsion, colica, porque ſon frias y grueſſas. Las mejores turmas ſon las blancas como arenoſas que no tienen mal olor, y mejores ſon las humidas q̃ las ſecas, deuenſe mõdar con cuchillo, y guiſarſe como emos dicho. Las peores ſon las grueſſas nacidas en mala tierra. debaxo de arboles, el vino puro beuido tras ellas es muy buena atriaca, ſõ de ſuſtancia de tierra y de agua, y tienen vn poco de ſuſtancia tenue de ayre, como lo dixo Auicena en el. 2. canon. c. 692.

Auic. 2. cano c. 692.

CAPITVLO

11. De las Verengenas, y del mal mantenimiento q̃ cauſan.

NO hallo entre los autores Griegos quien haga mencion de la verenge

na, por

na, porque aunque algunos quieren dezir que es aquella especie de Mādragora que Dioscorides en su quarto libro llama Morion, que en Latin se declara *Malum insanum*, que quiere dezir Mança na loca, porque tiene vn sabor desgraciado y loco. Empero en su descripcion no conuiene con la verengena. Llamanla los Arabes Melongia, y Melongena. Trata della Auicena en el libro segūdo tracta. 2. cap. 458. En donde dize, que la verengena es apredominio caliēte y seca en segundo grado. Lo qual dize que se paresce por el sabor amargo y agudo que tiene. Dize que engendra melācholia y opilaciones, y que corrompe el color, porque ennegresce el cuero, y haze el color cetrino, y engendra paño, y apostemas, y bothor, haze cācer y lepra, opila higado, y baço, empero si se cueze en vinagre. Dize que deshaze opilaciones, engendra y multiplica melācholia, y dolor de cabeça. Cozida en azeyte ablanda el viētre, pero en vinagre le estriñe, em-

Dioſc. 4. libr.

Auic. lib. 2. tract. 2. cap. 458.

Auer. 4scoll. ñe, empero Auerroes enel quinto de su colliget dize, que es materia de manjares, y que se guisan con ella muy delicados manjares, y que coziendose en dos aguas, en el primero cozimiento con sola agua, la qual se deue echar, y en el segundo cozimiento con agua y carnes se hazen mejores y mas gustosas, y que ansi se haze vn mantenimiento templado, porque por el primer cozimiento se quita su amargor y acrimonia. Por el segũdo se tiempla su sequedad, digo en el cozimiento que se haze con las carnes, de donde se paresce quãto erro Laguna sobre Dioscorides diziendo. Que la verengena era fria y humida, juntamente con ser calida y seca, es no poco estiptica, pero pierde esta estipticidad con la carne, de donde se collige, que tiene sustancia ignea y terrestre, y porende engendra gruesso xugo y melancholico, corrigense sus vicios si se cueze cõ agraz y membrillos, y con el çumo de granadas agrias, o con vinagre guisada

con

con clauos, pimiẽta, y otras eſpecias calientes. Acreſcientã ſu acrimonia, y las hazen mas ſecas de lo que ſon, pero cõ la ſalſa que ſe haze de moſtaza y vinagre ſe corrigen mejor, ſon muy perniciosas y mortales hechas en caçuela cõ pan y queſo y eſpecias caliẽtes, porque fuera de que ſe hazẽ de grueſiſsimo xugo, y mas mordaces, detieneſe en ellas ſu maligno vapor. Porende ſe tornã de naturaleza de veneno. Empero que la verengena ſea la que los Arabes dizen Melongena, claramente ſe pareſce por ſus dichos. Eſpecial que Serapion hablando de la Melongena dixo. *Melongena fructus ſunt oblongi medii inter rubedinem & nigredinem & inueniuntur ex eis citrine & albe.* Que quiere dezir. Las Melongenas ſon vnos fructos luengos medios entre negro y colorado, y hallanſe dellas algunas como citrinas y blancas, la qual deſcripcion conuiene a nũras verẽgenas propriſsimamẽte y mas abaxo dixo por autoridad de Kabbi Moiſes *Serap.*

moises. Moiſes que ſon buenas para los vomitos y aſcos, y que ſon peores de quantas frutas ay.

CAPITVLO

12. De las frutas verdes y ſecas, de las de delgada, y de las de dura corteza.

Gregorio

COMO dize el ſummo y bienauenturado Pontifice Gregorio. Cierto es coſa dura, q̃ aquel que no ſabe tener regla ni moderacion en ſu vida, ſe haga juez de la vida agena. Eſto digolo por muchos phyſicos q̃ ay muy ſabios y preminentes profeſſores de la medicina, los quales, como ſi fueſſen niños, cada dia vſan de muy malas frutas en mucha cantidad en ſu deſtruyciõ y grã peligro de ſus perſonas, y quieren deſpues pareſcer muy conuenibles y acordados doctores para la ſalud de los otros. Empero quiero aqui en eſte preſente tractado hazer del reglado y moderado phyſico,

sico,y dezir,que anſi como las frutas humidas ſon deſconuenibles y no pertenescientes a los q̃ tienen complexion fria y flematica;mucho mas que a los colericos. Anſi de la miſma manera deuemos dezir de las frutas ſecas, las quales ſon mas conuenibles para los flematicos y humidos,que no para los ſecos y aridos. Lo miſmo ſe deue entender del eſtomago,porque los que le tienen frio y humido no ſon tãto offendidos de las frutas caliẽtes y ſecas, quãto de las frias y humidas. Porque como dize Ariſtoteles en el libro de generatione & corruptione,mas facil es el tranſito en las coſas que guardan entre ſi Symbolo, o ſemejança,porque mas preſto ſe enciende el fuego en las coſas ſecas y calidas que no en las humidas:y anſi de la miſma manera,las frutas ſecas, como ſon las almẽdras, y las auellanas, y nuezes, las quales tienen vna vntuoſidad como de azeyte, facilmente ſe conuierten en eſtomago caliente en colera y humos,y

Ariſt. libr. de gene et corru.

por

porende no conuienen tanto a los colericos quanto a los frios y flematicos, como por el cõtrario. Las frutas humidas y recié maduras, mas conuenibles son a los colericos q̃ a los flematicos. Y por esso dixo Auicena en la segunda del primero capitulo *de signis complexionum conuersio in genere proporcionali, est facilior conuersione ad contrarium* Quiere en suma dezir. Que mas ayna se conuierte y muda vna cosa en su semejante, que no en su contrario, porque mas presto se cõuierte la fruta fria y humeda en flema, que no en colera en el estomago, de la misma manera frio y humido. Y por ende como se paresce por autoridad de Isac en las dietas vniuersales capitulo. 25. Las frutas que son de duras y gruessas y secas cortezas, son peores que las frutas que tienen blandas y tiernas cortezas, porque la dureza y grosseza de cortezas arguyen vna sustancia gruessa y terrestre, dura de digestion, y presta para se conuertir en humos en estomago va-

Auic. 2. pri.

Isaac dic. uni. cap. 25

go vazio, y ſeco de complexion y en eſtomago lleno de manjares, y frio en ventoſidad y corrupcion. Y deſpues mas abaxo dixo. Toda fruta que es de grueſſa y terreſtre corteza, naturalmente no careſce de ſuſtancia vntuoſa y azeytoſa, y la ſuſtancia vntuoſa y azeytoſa, es muy facil y preſta de ſu natural inclinacion a ſe conuertir en colera y corrupcion y humos y en generos de veneno, y porende concluyo conſecutiuamente. De las frutas, las que tienen cortezas duras y ſecas ſon de peor nutrimento, como ſon las almẽdras, nuezes, auellanas, y otras muchas ſuertes de frutas de caxcara ſemejantes, en eſpecial ſi fuerẽ ſilueſtres. Porque eſtas ſon mas ſecas y mas duras de digeſtion. Pues luego tambien ſe ſigue deſto, que quanto mas añexas fueren eſtas frutas ſecas, tanto mas ſon peores, porq̃ mientras mas ſe añejan mas azeytoſas ſe hazen, como ſe

vee

vee claramente en las almendras y nue zes y piñones y alfocigos, que ſe dizen fiſticos, las quales frutas mientras mas ſe añexan, mas ſe paran rãcioſas. E por ende en eſtomago calienre, ſon reputadas por muy peruerſas, anſi como las frutas humidas y frias, como ſon pepinos y melones, ſon ſoſpechoſas en eſtomagos frios y humidos, y aun del todo ſe vedan: y porende cada qual examine la complexion de ſu eſtomago, ſi es ſeca, o humeda para vſar dẽ frutas ſecas, o humedas, ſegun que ſu eſtomago lo requiere. Eſto baſta para en general para la conſideracion de las frutas.

CAPITVLO

13. de las almendras, por razon de alimento.

Gal. 2 Simpli. c. 27. DIZE el Galeno en el ſegundo de alimentis, cap. 27. Que las almendras totalmẽte careſcen de qualidad eſtiptica, porque preualeſce en ellas la quali

qualidad de alimpiar y atenuar, por la qual ſe purgan las entrañas, ayudan a arrancar los humores del pecho y pulmones, ſon buenas para ayudar a hazer camara, dan poco ſuſtẽto al cuerpo, pero bueno. Las que ſon dulces ſon tẽpladas en la calor y humidas, ſon de ſuaue ſabor, tienen muchas y buenas proprie dades, acreſcientan la ſuſtancia del celebro, hazen ſueño ſuaue, alimpiã las vias de la vrina, ſon muy conuenibles para los q̃ ſon enxutos y magros, por ſu mucha vntuoſidad y azeyte ſe tornan ranciosas, y ſon tardas de digeſtion, ſon de dura y grueſſa ſuſtãcia, no ſon dañoſas al eſtomago: como lo ſon las nuezes, ni tan vntuoſas, tardãſe enel eſtomago, pero ſi ſe toman con açucar deſcienden cõ preſteza, augmentã el eſperma, e incitã a luxuria, comiendoſe con la corteza de dentro conuienen al dolor de la boca, engordan, abrẽ opilaciones de higado, y baço y de las venas, alimpian el eſtomago. Todo eſto dixeron Auerroes en

Auer. el quinto de ſu colliget. Auicena enl. 2.
5. coll. can, cap. 58. Iſac en las particulares die-
Auic. tas, c. de amigdalis. Raſis enel. 3. de Al-
2. canō manſor. cap. 20. Y enel. 25. de ſu continē
c. 58. te, cap. 62. El qual dixo que erā caliētes
Iſac y humidas en primer grado, y ſecas en
Raſis el ſegundo, como lo dixo Auicena enel
lugar allegado. Verdes antesque echen
corteza, cozidas confortan las enzias, y
refreſcan el eſtomago.

CAPITVLO

14. de las auellanas, y de ſu nutrimento.

Raſis, Entre Raſis enel tercero de Almanſor, capit. 29. y enel, 4. de ſus aphoriſmos, y
Auic. Auicena enel. 9. del. 3. cap. 20.
Galiē. y. 21. ſe leuanta vna contradicion ſobre las auellanas, porque el vno dixo, que eran malas para el eſtomago y higado, y que engendran malos humores, y el otro

otro que fue Auicena dixo, que eran amigas del eſtomago y de vltimada ayuda, y que erã muy buenas para todo genero de higados. Y finalmente que erã de buen nutrimento, a los quales no ſe halla ſalida, para auerlos de concordar, ſino que Raſis eſta mal interpretado, y que en lo arauigo no ſe halla que dixeſſe tal, porque la ſentencia del Auicena, es mas conforme a razon, y concuerda mas con otros phyſicos: alomenos en quanto toca a que ſon de bueno y mucho nutrimento, porque ſon de grueſſa ſuſtancia, como lo dixo Haliabbas en el quinto de ſu theorica. cap. 19. E Iſac en ſus particulares. Aunque Paulo en ſu primer lib. cap. 89. dixo, que erã menos cõuenibles para el eſtomago q̃ las nueces. Finalmente como lo dize Auicena en el. 2. canõ. c. 43. La ſuſtancia grueſſa de tierra delas auellanas es mayor q̃ la terreſtridad de las nuezes, e mantienen mas que las nuezes, porq̃ ſon mas peſadas y maciças y no tan azeytoſas, y

Halia. 5. theo. c. 19. Iſac. di. pãr. Pauli. 1. c. 89 Auic. 2. canõ c. 43.

vntuosas, son de tarda digestion: la natu raleza y complexion delas quales tira a vna vntuosidad, y a vna poca de sequedad, engendranse dellas colera, y ay en ellas mas estriñimiento que en las nuezes, engendran ventosidad en las tripas y dolor de cabeça, y si se comen cõ pimienta, maduran el romadizo, en fin cõ agua miel son buenas para el pecho, o si se comen majadas con miel socorren a la tose antigua: ayudan a arrancar delos pulmones, son mas tardas de digestion que las nuezes, mueuen vomito por su vntuosidad, son buenas contra veneno, y contra mordeduras de animalejos re ptiles, especial cõ higos yruda, son mas ventosas si se comẽ sin mondar. Empero mondadas son mas faciles de digestion: socorren muy presto a la tose si se assan con pimienta. Finalmente, como
Rasis la dixo Rasis enel lugar acotado, no son tan calientes como las nuezes, y segũ di
Haliabbas. xo Haliabbas enel quinto de su theori-
5. the. ca, son calientes y secas con vna sequedad

dād terreſtre con poca vntuoſidad. Y ſegū Iſac enlos particulares, ſon mas frias y eſtriñidas que las nuezes, ſon tardas de digeſtion.

CAPITVLO

15. De las caſtañas, y de ſu nutrimēto y de ſu preparacion.

LAS caſtañas, ſegun Iſac en ſus particulares dietas, ſon calientes en el medio del primer grado, y ſecas enel tegundo. De la qual opinion pareſce auer ſido Auicena. Pues enel ſegundo canō cap. de glande dixo. *In caſtanea parum eſt caliditatis propter ſui dulcedinem & in ipſa eſt abſterſo & inflacio in ventre inferiore & ſtipticitas. &c.* En lo qual vino a dezir, que eran calientes por ſu dulçura y que tenian inflamaciō, o ventoſidad y eſtipticidad, o eſtreñimiento, y por eſſo dixo enel lugar alegado, que ſe pareſcien ſer calidas por ſu dulçura que tienen, y ſer ſecas por ſu adſtriction, o eſtiptidad, las

Auic. 2. canō cap. de glande

quales en comparacion de las bellotas ſon mas faciles de digeſtion, y de mas nutrimento, y no ſon muy dañoſas para la toſe de flema, y no ſon muy eſtipticas, ni muy abridoras, las quales no ſe deuen comer a menudo, porque dadas a comer muchas vezes, cauſan ventoſidad, y dolor de cabeça, por la difficultad de ſu digeſtion, y por el humo encerrado en el eſtomago. Empero quitarſe hã eſtos daños, y no ſeran mas eſtipticas, ſi ſe aſſan, porque ſe haran mas raras, las quales templará la ſequedad del pecho, eſpecial ſi ſe echan en agua caliente hirviendo, porque ſe templara ſu complexion con la humidad y blanduſa de la agua, y por eſſo ſeran de buen mantenimiento. Empero los colericos deuẽ las comer con açucar, los flematicos con miel, detienen los vomitos y aſcos, y cõfortan el eſtomago ayuno. E por eſſo dixo Galeno en el libro de cachochimia, que las caſtañas ſon agradables y ſuaues y me-

Galen. libr. de cacho.

y mejor se digierē, y no son de mal mā-
tenimiento. Antes dixo mas abaxo.
Los frutos que se toman de los arboles
son quasi todos de mal xugo, y mante-
nimiento, excepto las castañas, porque
si se digeren bien enel estomago, man-
tienen bien, y no son de mal nutrimen-
to. Y en otra parte dixo, que era vn gra-
no el mas admirable de los granos, en-
tanto que se allega en bondad a la mi-
ga del pan, conuiene a la humidad del
estomago, y alas dissenterias, o camaras
de sangre. Empo dixo enel lib. de atte-
nuātevictu, q̄ crudas son malignas, pero
menos malas assadas, o cozidas. En cō-
clusion para que no aya duda en su mā
tenimiento, ni en su daño, se deuen co-
mer despues de la cena, o comida con
açucar, assadas, o cozidas, y en poca
quantidad. Anssi lo dixo largamente
el Galeno en el su libro de Euchi-
mia, porque si se comen en alguna quā
tidad, haran grandissimo daño en el e-

Galen. libr. de attenu. victu.

Galen. libro de euchi.

ſtomago y cabeça, cauſaran regueldos malos y fumoſos, corromperã la comida del eſtomago por ſu eſtipticidad, y ventoſidad y groſſeza, y ſu dureza de digeſtion. Auerroes enel quinto de ſu colliget dixo, que eran frias y humidas en primero grado: y Haliabbas enel quinto de ſu theorica dixo, que eran templadas en frialdad y humidad, y que diſſoluien la difficultad de la vrina. Empero mas me allego al Auicena, e Iſac, q̃ mejor lo dixeron.

Auer. 5. colli. Halia. 5. theo.

CAPITVLO

16. De las nuezes, y de ſu nutrimẽto.

COMO eſcriue el Galẽno en el ſegũdo de Alimẽtis, cap, 26. La nuez es laxa, y es mas azeytoſa que la auellana, participa vn poco de qualidad eſtiptica: la qual qualidad por diſcurſo de tiempo ſe marchita, paſſandoſe ſu ſuſtãcia en naturaleza de azeyte, por donde dl todo ſe torna inutil, e inepta para comer.

mer. Y mas abaxo dixo: que las nuezes rezientes y humidas, son mas aptas para abládar el vientre, y las secas menos. Son, segun dize Auerroes enel quinto de su colliget calientes y secas en el segundo grado, como lo dixo Auicena enel segundo canõ cap, 502. causan dolor de cabeça, son de difficil digestion, y malas para el estomago. Las rezientes y maduras son mejores para el estomago, y de menor daño, y no son descõuenibles, sino solamente al estomago caliẽte. Su comida frequente causa echar las lombrizes y gusanos: hazen perlesia en la lengua. Comidas en ayunas con higos y ruda, son atriaca contra veneno, Dellas y cebollas assadas y sal se conficiona emplasto muy vtil contra la mordedura de perro rauioso, y de otros animales. Las rezientes tienen poco calor y mucha humidad, y tiẽe poca vntuosidad y mucha austeridad, y mientras mas añejas, se hazen mas vntuosas y azeytosas: porende no son de

Auer. 5. colli. Auic. 2. canõ 502.

comer las que mas se allegan a las reziẽ tes son mejores, las que mas a añejas peores, porque se tornã mas azeytosas, y porende son mas dañosas al estomago, porque se cõsume mas su humidad, y cresce su vntuosidad, como lo dixo Isac. Isac en sus dietas particulares. Conuiertense facilmente en colera, especial las añejas: porque su azeyte se enciende en el estomago colerico, no son de tanto nutrimento como las auellanas, porque son mas ratas y huecas, y tienen mas azeyte y vntuosidad. Porende son muy contrarias a las hebras y contextura del estomago, pues le relaxan, sino es quando el estomago fuere templado en calor y frio, porque en tal estomago son buen mantenimiẽto, empero muy malo enel caliẽte, como emos dicho, porq causan en el vsticn, y se tornan colera y leuantan humos, por donde viene dolor de cabeça. Pero quitaseles este daño si las mudan, y ponen toda vna noche a remojo en agua caliente, porque

que anſi reſciben humidad de la agua, y ſe hazen como verdes, ſon dañoſas para la toſe, y ſi ſe comen con vinagre ſe corrige ſu malicia. Hechas en conſerua con miel y eſpecias, y coſas aromaticas, ſon vtiles para el eſtomago, y conſumẽ ſus humidades, y ſon calientes y ſecas por ſus eſpecias. Cõcluymos deſto que ſon malas para los de complexion caliente, y que con mas ſeguridad las pueden comer los viejos y flematicos, en eſpecial en tiempo de inuierno. Eſto ſe ſaca de Auerroes, Auicena, Iſac, Galeno en los lugares allegados.

CAPITVLO 17. de los piñones.

Las piñas q̃ lleuã los piñones, ſõ d̃ dos mãjares, porq̃ ſon vnas de piñones grãdes, y otras d̃ pequeños, alas d̃los pe

que

queños llaman algunos phyſicos, machos, porque ſon mas calientes, y ſecos, y mas medicinales. Tienen el grano triangular, y de mas dura corteza, y el meollo mas agudo, a las de los granos grandes llaman fœminas, y ſon de mas nutrimento que las de los pequeños. En fin los piñones tienen grueſſo y loable nutrimento. Son vtiles a los que tienẽ collegida materia en los pulmones, a los aſmaticos de antigua toſe, y para el tremor, acreſcientan el eſperma. Son templados en calor y frialdad y aumẽtan la humidad, maduran, ablandã, reſueluen, eſpecialmente los rezientes. Son compueſtos de ſuſtancia de tierra y agua, y de vna poca ſuſtancia de ayre. muerden el eſtomago, ſino ſe infunden primero en agua. Y entonces ſon mejores, y mas gratos al eſtomago. Los calientes de complexion comanlos con açucar, y los frios con miel: alimpia las ſuperfluydades de riñones y vexiga, y confortan eſtos miembros. Y dize Raſis

en el

en el tercero de Almanſor, capitulo veynte, que tienen ſus granos admirable propriedad en pecho y riñones, y que abren las opilaciones de las venas, y anſi los piñones grandes, como los pequeños, ſon calientes en fin del ſegũdo grado, y ſecos en principio del primero, cõ todo eſſo por la ſuſtácia de agua que tienen, participan de humidad. Y por eſſo dixo Raſis enel quarto de ſus aphoriſmos, que eran calientes y humẽdos, ſon dañoſos para los colericos, y caliẽtes de complexion. Por lo qual, como vn hõbre ya viejo colerico, caſado cõ vna muger moça, quiſieſſe acreſcentar el apetito de engendrar, y ouieſſe oydo dezir q̃ los piñones acreſcentauan el eſperma, e incitauan a luxuria, empeço a vſar dellos en mucha copia cõtinuamẽte, delo qual ſe le empeçaron a acreſcentar muchos humores colericos, y empeçoſe a encender tanto, que a breues dias murio de vna fiebre muy aguda. Lo ſobredicho affirmo Auicena eñl. 2. can c. 308

Raſ. 3. ad A. man. 6. 20.

Raſ. 4. aphor.

Auie. 2. canõ c. 308.

Auer-

y Auerroes enel quinto de ſu colliget, e Iſac en las dietas particulares.

CAPITVLO

18. de los alfocigos, que ſe dizẽ en latin Fiſtici, e Piſtacie, y de ſu nutrimento,

EN la complexion de los alfocigos ſe adelanto demaſiadamente Auicena enel ſegundo canon, capitulo. 276. adonde dixo, que los alfocigos eran de mas fuerte calor que las nuezes y almẽdras, y que eran calientes en fin del ſegundo grado con alguna humidad. Empero Haliabbas en el quinto de ſu theorica, cap 19. dixo, que eran templadas en calor y humidad. Iſac quiſo, que fueſſen calientes en medio del ſegundo grado y ſecos. Lo qual pareſce mas conforme al Galeno, pues en el ſegundo de alimentis, cap. 28. dixo, que participauã de qualidad, o facultad amarga y eſtiptica aro-

Halia. 5. theo. 6. 19.

aromatizanre, y porende ſon confortatiuos del higado, y abren los caños del nutrimento y manjar, y las conſtipaciones, alimpian pecho, y el pulmon, y beuidos con vino, ſon vtiles contra ponçoña, y por eſſo dixo Auerroes en el quinto del colliget, que eran calientes y ſecos templadamente, y que a tota ſu ſtancia, confortã el higado y eſtomago, abren opilaciones de higado y venas, y ni eſtriñen ni ablandan el vientre, prohiben los aſcos del eſtomago, y confortan ſu orificio, ſon de poco nutrimento. E dixo Paulo libro primo, capitulo. 81. que en librar la opilaciõ del higado erã de mas poder que las almendras. *Paula. lib. 1. c. 81.*

CAPITVLO

19. De los datiles, que ſe dizẽ en Latin Palmule y Phenices, y de ſus eſpecies y qualidades en quanto alimento.

Los

LOS datiles, ſegun Galeno en el ſegundo libro de alimentis, cap. 24. ſon en dos maneras. Vnos ſon eſtreñidos y ſecos, que ſe dizen Aegypcios, otros blandos, y humidos y dulces, que en Griego dizen Cariotes, a los quales llama el Serapion Rorab. E dize q̃ eſtos por ſu dulçura los llaman Zucharinos, quiere dezir de ſabor de açucar, y dize, que eſtos ſon menos calientes, y que ablandã el vientre, y ſon lenitiuos, y rectifican el eſtomago. Finalmẽte ſon vn genero de datiles que traen de Berueria, q̃ en nueſtro comun hablar ſe dizen Tamares, ſon menores que los datiles communes, y ſon mas blandos, y mas dulces y tiernos, anſi los vnos como los otros ſon calientes y humidos en ſegundo grado, como lo dixo Iſac en las particulares dietas. Engendran grueſſa ſangre, ſon difficiles de digeſtion, y con todo eſſo ſon mas digeſtibles q̃ los higos paſſados, y mas abridores. Pero a los q̃ vſan dellos les aconteſce opilacion, e con-

Iſac in parti.

conſtipaciõ,e tumor en higado y baço, ſon dañoſos para los dientes y enzias, porque las relaxan:y porende conuiene que deſpues de comerlos,ſe laue las enzias con algun lauatorio mũdificatiuo. crian almorranas, crian apoſtama en el higado, como lo dizo Haliabbas enel quinto de ſu theorica,cap.19,cauſan do lor enel eſtomago y cabeça. Finalmẽte engendran vn grueſſo mantenimiento viſcoſo,y algo vntuoſo,opilan higado y baço,y offendenlos, ſon dañoſos para el eſtomago caliente,y hazen ſquinancia, como lo dixo el Serapiõ enel capitulo Rorab,por autoridad de Raſis:y como dize el Galeno enel lugar acotado. Todos ſon de difficil digeſtion, dan dolor de cabeça,ſi como el dize ſe toman en abundancia. Lo miſmo dixo Paulo en el primer libro, cap.81. Empero ſegun enlas regiones que nacẽ,hazen diuerſas operaciones, porque los de tierras caliẽtes,ſon de menos nutrimẽto y muy dulces y viſcoſos,preſto ſe digeren y hume

Halia. 5.theo. c.19.

Gal.2. de alt. c. 24.

descen el vientre, y constipan y opilan mas el higado y baço que los de mas, y daña mas la cabeça. Los de tierras frias mantiené menos que todos, y por su indigestion y crudeza descienden tarde dl estomago, y por su estreñimiento durã mas: empero cõfortã el estomago mas que ningunos: los q̃ son de tierras medianas en frio y calor, aunque esten perfetamente maduros no se puedẽ conseruar, porq̃ les falta sequedad por causa d̃ vn humor superfluo, dl qual hinchẽ todo el cuerpo y causan humores crudos que son materia de fiebres cronicas, y d̃ dias, y de ciciones, y calenturas, difficiles de quitarse. Estos vicios tienen mucho mas los verdes y rezientes, que los curados y añejos.

CAPITVLO 20. de las cerezas y guindas.

GAleno enel segundo libro de alimẽtis, haze mencion de dos especies de cerezas: vnas dize que son como las moras

moras ſin ninguna adſtriciõ, eſtas creo ſon con adſtrictiõ: y díze, que ſon como las çarçamoras, y porende no trata dellas coſa alguna, ſino que las remite al capitulo dlas moras y çarçamoras. Empero Serapiõ haze menciõ de tres eſpecies, vnas dize q̃ ſon dulces, y otras põticas eſtreñidas, y otras azedas. Las dulces dize q̃ deſciendẽ preſto del eſtomago, y ſõ poco vtiles para el, a eſtas llamamos propriamente cerezas. Las eſtreñidas q̃ tambiẽ ſe dizẽ põticas, o auſteras, es vna ſuerte de guindas, q̃ metidas en la boca luego dan dẽtera. Eſtas ſon demaſiadamẽte agrias y aſperas, ſon mas vtiles al eſtomago q̃ las cerezas, porq̃ eſtriñen el viẽtre, y las otras le relaxã, y por eſſo ſõ cõtrarias a ellas. La tercera eſpecie dellas, q̃ ſon las azedas, ſon las guindas comunes, eſtas deſſecan mas que las põticas, y ſon inſciſiuas, ſon vtiles al eſtomago fiematico lleno de ſuperfluydades, porque las cortan y deſſecã, mas que las ſegundas, que ſe dizen ponticas por ſu

Serapi.

Rasis 23.cō. c. 67. mucha estipticidad, porque como dize Rasis enel 23.de su continente, cap. 67. El sabor azedo mas deseca, que el ponti co y estreñido, y ansi compara las guindas alas granadas agrias. No se halla entre los autores la cōplexion de cerezas, e guindas. El autor de corono florida, dize, que las cerezos son frias y humidas, y mas humidas que frias. Empero si se toma el paresçer del gusto, declinan vn poco a calor, paresçese por su dulçura. Empero son d̄ mas humidad superflua pues vemos que muy presto se corrompen y podresçen. Las guindas son frias y secas, y algo adstringentes: digo las comunes y ordinarias, porq̄ las silueſtres q̄ son las pōticas, son muy estreñidas, ansi las vnas como otras se deue comer para refresçar antes de los manjares.

CAPITVLO

21. de las moras, y de su naturaleza en quanto a mantenimiēto.

Las

LAs moras ſe deuen conſiderar en dos maneras, o quãdo no eſtã bien maduras, o quãdo eſtan bien y perfectamente maduras. Las que no eſtan bien maduras, que ſon las azedas, ſon frias y ſecas, como lo dize Iſac en ſus particulares, tienen facultad de eſtreñir y confortar el eſtomago y vientre, y porende valen cõtra diſſenteria y camaras, eſpecial ſi deſpues de deſecadas al ſol las dan hechas poluos. Principalmente conuienẽ a camaras colericas. Las maduras perfectamente que ſon dulces, declinan a calor y humidad, y mucho mas a humidad. Eſtas ſi preſto ſe deſpiden del eſtomago, relaxan el vientre, y mueuen vrina, empero ſi hallan algun manjar enel eſtomago, y ſe detienen con el tal manjar, conuiertenſe en corrupcion, y hazẽ daño al eſtomago y ala cabeça, empero ſi ſe toman eſtando el eſtomago vazio de mãjares, entõces biẽ ſe digeren, pero mantienẽ poco, y refreſcadas en nieue, o en agua fria, enfriã demaſiado, quitan

Iſac. in die. particula.

la sequia, y amatan el encendimiẽto de la calentura, segun Rasis enel.3.de Almansor, son templadamente caliẽtes y hazẽ hastio enel estomago: pero las azedas por madurar, restriñen la sangre cõ gran vehemencia, y las bien maduras comidas en ayunas descienden presto del estomago, y desembaraçan el vientre y tripas, para q̃ entren los otros manjares: y si tomadas en ayunas no desciẽden sino que se detienen, humedescen, y no resfrian, sino fuesse que se comiessen resfriadas en nieue, o agua, Finalmẽte, comiendose en ayunas, descienden presto del estomago, prouocan a vrina, engendran buen humor. Empero, si aũ que se tomen en ayunas, halla enel estomago algoma superfluydad fria y flematica, engendran ruyn humor, y presto se corrompẽ, son vriles al estomago colerico y caliente. La causa de descendir presto del estomago, es su mucha humidad mezclada cõ azedia, como lo dixo Auicena en el segũdo canon. cap. 499.

Rasi. 3. ad Almanso.

Auic. 2. canõ c. 499

adon-

adonde comparo las moras alos higos. Todo lo ſobredicho affirman Auicena en eſte lugar allegado, e Iſac enel lugar allegado, e Raſis y Haliabbas en el. 5. de ſu theorica, y principalmẽte el Galeno enel. 2. de alimentis. *Halia. 5. theo. Gal. 2. de ali.*

CAPITVLO

22. de los higos rezientes, y de ſu naturaleza en via de nutrimento.

COMO lo dize Paulo Aegineta eñl primer libro, cap. 81. Los higos y las vuas tienen principal alabança entre las frutas del otoño, porque ſu xugo es de menor malicia, y mantienẽ mas, empero los higos ſon de mejor xugo que las vuas. E dixo el Galeno, que el higo verde enel eſtio, y el paſſado en iuuierno, tienen el primado: en fin mátienẽ mas, relaxã el viẽtre, y mueuẽ vrina, purgan los riñones, eſpecial los higos q̃ eſtã biẽ maduros, entre los quales dize *Paulo Egineta. Gal. 5. de ſani. tuend.*

Auic. 2. can. 283. Auicena enel ſegũdo canon, cap. 283. es mejor el bláco, deſpues el colorado, deſpues el negro, y mientras mas perfectamente eſtuuierẽ maduros, mas ſon mejores y mas adelantados para no dañar, ſon humidos, y vn poco calientes, o como lo dize Haliabbas enel. 5. de ſu theorica. Son calientes en primer grado, y humidos en ſegundo. Proſiguio Auicena diziendo. Tienen mucho de naturaleza de agua. E mas dixo, que erã de mas nutrimẽto que todas las frutas, y que ſi fruta auia q̃ no dañaſſe eran ellos, eſpecial ſi eſtauan muy maduros, y que hazẽ ſudar, y expellẽ las ſuperfluydades al cuero, y que mitigan la ſed, y amatan el calor por ſu aguoſidad, y que ſon malos para el eſtomago, pero buenos para los riñones y vexiga. Lo qual tambien afirmo Galeno enel ſegundo de alimentis, adonde dixo. Que con todo eſſo erã dañoſos para la inflamacion de baço y higado, hinchen de ventoſidad, y ſon lenitiuos, y no engendrã mal humor. Di-

Halia. 5. theo.

Gal. 2. de alj.

ze

zen algunos que cauſan ſarna y comezon, y piojos. En fin dixo Galeno enel lugar allegado, que no pudieron del todo huyr alguna malicia por ſer fruta de otoño. Engerdã mucho ellos y las vuas lo qual ſe pareſce en las guardas de las viñas, porque en eſpacio de dos meſes q̃ maduran las frutas, ſe paran bien gordos d̃ comer higos y vuas, e interpunie̅ do poco pan. Empero la gordura q̃ dan no es maciça, como la q̃ dan las carnes, ſino vna gordura laxa y vana, e ſophiſtica, la qual como preſto ſe cauſa, preſto ſe enſuelue y deshaze. Iſac en las vniuerſales dietas, cap. 26. cõſidero al higo en tres maneras, en la corteza, en la ſemilla, en la carne. Y dixo, que ſu ſemilla era como tierra, o arena ſin ningun nutrimento, y que ſu corteza es ſeca como cuero, y por ende dura de digeſtiõ. Empero que ſu carne es de bueno y mucho alimento, y que relaxa el vientre. Eſto todo ſe entiende de los higos rezientes bien maduros, porque de los

Iſac. dic. in uerſ. c. 26.

passados que se dizen en latin Carice, se haze este otro.

CAPITVLO

23. de los higos passados, y de su nutrimento.

EL higo passado, segun dize Auicena en el 2. canon, cap. 283. es cãliente en primer grado y sutil, o como dize Isac en sus particulares, teco en medio del primer grado, es como dize el Auicena en el lugar allegado, en sus effectos loable, aunque dize que no engẽdra buena sangre, sino es comiendose con nuezes, o con almendras, porq̃ assi se haze buen mantenimiento, y mejor con nuezes que con almendras: mundifica y alimpia con vehemencia, madura y resuelue: y el higo que fuere de mas carne, mejor, madura los carbunclos, su cozimiento es vtil para las apostemas de la garganta, empero daña a las apostemas del higado, y baço. Por su dulce-

Auic. 2. canõ. 283.

dum-

dumbre es conuenible para el pecho, y caña de los pulmones, y para toſes antiguas, y no es malo para el eſtomago como el verde, antes le alimpia d̄ ſus ſuperfluydadades ſi ſe come en ayunas, es admirable para abrir las vias y caños por do va el mātenimiēto, es en ſu ſuſtācia ſutil, y tiene virtud de cortar y diuidir, calienta y haze ſequia y conuierteſe en colera: empero mantiene mas q̄ otra qualquiera fruta, y tiene menos ventoſidad: y ſi ſe topa enel eſtomago con humores ſuperfluos: hazeſe duro de digeſtion, y corrompeſe, y engendra ventoſidades y mala ſangre: pero ſi por el contrario halla enel eſtomago buenos humores y loables, digereſe facilmente, haze buena ſangre, y alimpia el cuerpo de malos humores, prouoca a orina, alimpia los pulmones y riñones y la vexiga ſino eſta vlcerada, porque ſi eſta vlcerada, ſera malo para ella y para qualquier miēbro vlcerado, por la leche q̄ en ſi tiene occultamente, como lo affirmo Auicena

Auic. 17. 3. tracta. 2. c. 12 Auicena en la. 17. del tercero tratado, cap. 12. no es libre de ventosidad, y si se come con manjares gruessos, haze mucho daño, y engendra muy gruesso humor, y porende se deue comer en ayunas, el q̄ fuere flematico, coma despues de los higos, pimienta, alcarauea, cominos. El colerico, çumo de granadas agrias, si se cueze con el hysopo, quita la antigua tosse, e alimpia el pecho, es con glutinatiuo, conuiene a asma, e hidropesia, relaxa el vientre: y aunque conuiene al corrimiento del pecho, empero no al del estomago y tripas: como lo dixo Rasis enel veynte y vno de su continente, capitulo. 175. Finalmente, como lo dixo el Galeno enel libro d̄ enchimia hazese de buē mantenimiēto si se come cō nuezes, o cō almendras antes de otro mājar en ayunas, y en poca quantidad. Por esso dixo Oratio. *Et nux ornabat mensas cū deplice ficu.* Todo esto dixo Galeno enel. 2. de alimentis, e Haliabbas enel. 5. de su theorica, e Isac, Auicena, Rasis en los lugares allegados.

Raſ. 21 cont. c. 175.

Orati.

CAPITVLO

24. de las vuas y ſu naturaleza en quanto a ſu nutrimento.

LAS vuas ſe conſideran de muchas maneras: en quanto a ſu ſuſtácia, en quanto a ſu color, en quãto a ſu ſabor, en quãto a ſus partes, en quãto a la ora de ſu collecion, o de quando ſe cogierõ, en quanto a ſu maduracion. Si ſe conſideran en quanto a ſu ſuſtancia. Digo ſegun Iſac en ſus vniuerſales dietas, cap. 27. Y ſegun Galeno enel. 2. de alimẽtis, que las vuas de mucha carne y poco xugo, ſon de mas nutrimẽto, y mas duras, las de mucho xugo y poca carne, no tã de tanto nutrimẽto, pero tienen le mas loable, y ſon mas faciles de digeſtion: y porende las vuas q̃ dizen aluillas, o verdejas, ſon de mas loable mantenimiento, y mas faciles de digerir q̃ las jaenes, o negras, pero no de tanto nutrimento, ſi ſe conſideran en quanto a ſu ſabor, porque

Iſa di. vni c. 27.

Gal. 2. de ali.

porque las que ſon de vn grueſſo y dulce ſabor, ſon mas calientes: y porende mueuen mayor ſequia y engendran grueſſo humor, digerenſe con mas difficultad, hazen ventoſidad y ruydo en las tripas, y opilaciones en baço y higado. Las q̃ tienen el ſabor dulce y delgado, ſon tambien caliẽtes y humidas, y de mas facil de digeſtiõ, y ablandã el vientre, como lo dixo Galeno enel lugar allegado. E dixo mas, que las que ſõ aſperas al guſſo, azedas, auſteras, ſon de mas frio xugo, e porende ſon dañoſas, no ſolo en no ablandar el vientre, empero en dar poco nutrimento, y ſer tardas en penetrar. Las de vn ſabor como de agua y ſubtil, tienen vn cumo frio, y mas facil de digerir confortatiuo de eſtomago, y que amata la ſed, conuiene a los que ſon de complexiones templadas, y hazen ſalir la colera. Tales ſon las vuas llamadas verdejas y torronteſes, y quanto al calor dixo Auicena enel ſegũ do canon, capitulo. 731. que la vua blanca es

Auic. 2. canõ c. 731.

ca es mas loable que la negra, *ceteris paribus*, porque como dize Isac en los lugares acotados. La blanca mantiene con presteza, digerese con facilidad, conforta el estomago, prouoca vrina. Empero la vua negra es difficil de digestion, conforta el estomago, no prouoca vrina: empero si bien se digiere da mucho nutrimento, sacadas las que dizen Castellanas que se digeren presto y ablandã. Las vuas roxas y coloradas, tienen el medio, porque ni son tan faciles de digestion como las blancas llamadas aluillas y verdejas, ni tan difficiles como las negras. Dixe aluillas, porque las blãcas llamadas jaenes sõ difficiles y duras mas q̃ las roxas llamadas arixes, y mas que algunas negras. Si se consideran en quanto a sus partes y qualidades, digo con Auicena en el lugar allegado: que la corteza de la vua es de buen nutrimento, y que conforta mucho el cuerpo, y que es semejante al nutrimento del higo, y que las vuas que tienen la cor-

la corteza, o holleje ſubtil deſcienden con mas preſteza, y ſon menos ventoſas, las que tienen el hollejo grueſſo ſon al contrario. Finalmẽte, como dixo Haliabbas enel quinto de ſu theorica. Las vuas que ſon de delgado hollejo, y de mucho xugo aguoſo, ſõ mas loables. Y dixo mas, que el hollejo de las vuas, y ſus granillos detienen la digeſtion y el deſcenſo abaxo: y que porende quando ſe comen ſe deuen echar de la boca, ſi ſe conſideran en quanto a ſu colleccion, ſe deue dezir conforme al Auicena enel lugar allegado, que las vuas cogidas de dos, o tres dias, ſon mejores, que las que ſe cogẽ luego en la hora, porque las luego cogidas ſon muy ventoſas, y que las vuas colgadas quando no eſtan deſecadas, ſino arrugadas, ſon las mejores, eſtas ſon las dl inuierno. Porque las que allegã al verano, ya ſõ inutiles, y ſin prouecho. Dixe que eran mejores las colgadas que no eſtan ſecas ſino algo arrugadas, porque no tienen ya ventoſidad, y

Halia. theo.

ſe cõ

se cõsumio su superflua humidad, y por ende quedaron perfetas. Si se considerã en quanto a la maduracion, claro esta, q̃ las mas maduras son mas sanas: y por esta misma razon las colgadas son mas sanas que ningunas, si se colgaron maduras, como lo affirmo el Galeno enel libro de euchimia. Pues luego escojan se las mejores y echẽnse de la boca sus hollejos. *Galen. libr. de euchi.*

CAPITVLO

25. de las passas y su nutrimento.

DIZE Galeno eñl. 8. de compositione secundum locos, que la passa tiene vna semejança sustancial con el higado, y que porẽde le conforta. Y por esso dixo Auicena enel segũdo canon. cap. d. 231. La vua passada, es amiga del higado y del estomago, es buena para el dolor de las tripas, conuiene a renes y vexiga Lo mismo dixo Rasis en el quarto de sus afforismos. Finalmente como sea *Gal. Auic. 2. canõ c. 231. Ras. 4 afforis.*

o dulce, o auſtera. La dulce es caliente y humida mas que la auſtera, y es media en ablãdar y apretar, la qual ſi halla malos humores los tiẽpla, o aplaca las vaſcas y mordicaciones del eſtomago, mitiga la toſſe, vale al ardor del pecho y pulmon, alimpia los riñones y vexiga. Y dize Iſac cõtra todos los de mas, que es dañoſa al higado y baço, que tienen xugos grueſſos. Empero, que la auſtera no mantiene tanto enmo la dulce, mas tiene menos, y es mas fria que la dulce, y menos humida, eſpecial ſi es blanca: y porende conforta el eſtomago, y ama el calor, aprieta el viẽtre. Y dixo más q̃ la paſſa ſin granillos es vtil al pecho y pulmones y riñones. Empero que daña al higado y baço ſi tiene dureza. Pero q̃ comida con ſus granillos, conforta al eſtomago y higado y baço: eſpecial ſi tiene agro, y poca carne y granillos grãdes. En fin como lo dize el Galeno enel ſegundo de alimentis. Las auſteras paſſas ſon frias en ſu complexion, como

Gal. 2 de ali.

las

las dulces ſon calientes, y que las auſteras, confortan el eſtomago, y aprietan el vientre.

CAPITVLO

26. de las ciruelas, y ſus propriedades para las comer.

DIoſcorides enel libro primero dixo que las ciruelas damaſcenas reſtreñian el vientre, en lo qual no ſolamente pareſce aver contradicho al Galeno en ſegundo de alimentis. Empero a todos los de mas, eſpecial a Paulo Aegineta pues hablādo dellas en ſu primer libro dixo, que agora crudas, agora cozidas, relaxan el viētre. Lo qual prouiene, como lo dixo Iſac por razon de ſu viſcoſidad y humidad. Ay muchas diferēcias dllas: empo todas ſe reduzen en dos, en ciruelas blancas, y en ciruelas negras, entrambas quando eſtan maduras, ſon frias y humidas, como lo teſtifica bien Auerroes enel. 5. de ſu colliget. Frias

enel principio del segundo grado, y humidas en fin del tercero, como lo dize Auicena enel. 2. canõ. cap. 536. Las vnas y las otras mantienen poco: las que son blancas, debaxo de las quales se entienden las de monje, las çaragocis, las redõdas que dizen de cebolla, y otras amarillas, largas y chicas, segũ Isac en sus particulares, son difficiles de digestion, dañosas para el estomago, relaxã poco, las quales no se deuen comer fino quando estan bien maduras y grãdes, con todo esso no pierden su malicia. Las negras, debaxo de las quales entran las damacenas, endrinas, en comun si está bien maduras, son dulces menos frias q̃ las blancas, humedescen el vientre, y relaxãle, echan fuera la colera, pero si se vsan mucho dañan al estomago, las que son por madurar duras, austeras, verdes, sõ muy dañosas, no mantienen, fatigan el estomago, las coloradas que llaman chauacanas, son mas frias y humidas que las negras, y no tanto como las blancas, ni

Auic. 2. canõ 6. 536.

Isac. die par.

tan

tã difficiles. Las mejores ciruelas de todas, son como digo las negras d mucha carne, de ſutil corteza, agras, y auſteras vn poco, y que ſe comã ante los demas manjares: y eſto ha de ſer comun entre todo genero de ciruelas. Porque no dañen, deuen maxcar tras ellas almaciga, o lignaloe, y beuer vino añejo, o aguamiel. Eſto deuen hazer los frios de eſto mago, y flematicos, porque los colericos y calidos de complexion, no tienen para que, ſon muy corruptiuas: y ſegun el Galeno en el ſegundo de alimẽtis, no ſe deue luego tras ellas comer otro mãjar, porq̃ lo lleuan luego traſi: en fin ſon mejores las damacenas, y deſpues las endrinas. *Gal. 2. alimẽ.*

CAPITVLO

27. de las manҫanas y ſu naturaleza en mantener.

ENtre las manҫanas tambien ay muchas differencias, pues vnas ſon dul-

ces que declinan a calor, y ſon de tẽplada humidad. A eſtas llama el Auicena Alcemia, que ſon las camueſas, y tienen ventoſidad alguna, empero como dize Iſac, tienen naturaleza de agua, y poren de ſon apredominio frias: y dize que ſõ buenas para confortar el eſtomago, y refreſcarle, y que ſon malas para las camaras de colera, Ay otras q̃ ſon muy aguanoſas y deſabridas, y eſtas ſon peores q̃ todas, y ſon de complexiõ frias y humidas, ni tienen dulçura ni agrura, engendran grueſſos y flematicos humores, y no confortan el eſtomago, porque no tienen eſtipticidad, como lo dixo Auicena enel ſegundo canon, capitulo. 564. no tienen nutrimẽto. Ay otras que ſon auſteras y azedas, cuya ſuſtancia es de tierra frias y ſecas, conuenibles para eſtomagos, calientes y humidos. Las quales aunque confortan el eſtomago y tripas, engendran grueſſo y duro humor, ſon difficiles de digeſtion, ſon tardas

Auic. auſteras 2. cano c. 564

das de paſſar por las venas, cauſan ventoſidad, dañan los neruios. Empero aſſadas aſſadas
ſadas ſon mucho mejores comidas antes y deſpues de los manjares: porque anſi confortan el eſtomago y echan lo malo y nociuo del, todas tienen virtud de confortar los miembros principales en eſpecial el coraçon, y por ſu olor, confortan el celebro con ſu grueſſo humor dañan la ſegunda y tercera digeſtion, y dizen los ſabios Auenzoar, y Auerroes Auen. C. coll.
en el quinto de ſu colliget, que pueden engendrar ptiſica, porque ſu vētoſidad es de tan malígna naturaleza, que cana y ara las arterias de los pulmones. En concluſion confortan el coraçon y eſtomago, y ſi ſe aſſan pierden todos ſus daños. Las que ſon por madurar, ſon duras como madera, dan dolor de eſtomago, ſon cauſa d' engēdrar ſiebres largas, indiſſolubles, ſu çumo no paſſa por las venas, tienen todas mala naturaleza contra los neruios. Beuā tras ellas vino

puro en poca quantidad, y maxquen lignaloe los que fueren flematicos.

CAPITVLO

27. de las peras y sus propriedades en quanto nutrimento

LAS peras, como lo testifica el Galeno enel libro. 6. de simplicium facultatibus, no son de vna complexion, ni yguales: porque vnas son como de naturaleza de tierra duras y austeras y estreñidas, otras son de naturaleza de agua dulces. Lo mismo dixo Auicena enel. 2. canon. cap. 540. diziendo. En las peras ay naturaleza de tierra y de agua. Finalmente, vnas son austeras que se dizen estreñidas, otras dulces, otras desabridas. Las austeras, o estreñidas, que son las siluestres, o las por madurar, pues an si vnas como otras son estreñidas, son frias y secas, como lo dize Auerroes en el quinto de su colliget, son duras, gruessas, terrestres, compuestas de sustancia

Auic. 2. cano c. 540.

Auer. 5 colli.

acrea

aerea y terrestre. Estas no son vtiles ni de buen sabor, mantienen poco y no tãto como las dulces, prouocan a hazer camara, y confortan las tripas y estomago si se toman despues de los manjares, detienen el vomito de colera, pero por su aspereza y austeridad dañan a los neruios del estomago: por lo qual es menester buscar ingenio para que se paren blandas y pierdan su aspereza. Conuiene a saber, que se cuezgan, o se pongan colgadas al vapor de la agua que hierue, o se embueluan en massa, o estopas y se assen, o se echen hechas pedaços en miel. Empero si estan bien maduras no son tan frias y secas, engendran enel estomago loable humor, y mejor q̃ los membrillos, como lo dize Isac en sus particulares. Si en ayunas se toman, especial las por madurar, engendran passion, colica, si se comen hasta hartar, y son dañosas al estomago, como lo dixo Dioscorides, no tomandose por via de medicina sino por gula, porque por via

Isac. die. par

de medicina,o remedio para confortar, mejor ſe toman en ayunas, que no deſpues de comer, porq̃ deſpues de comer ſon mas laxatiuas y comprimen las partes ſuperiores del eſtomago, y enflaquecen la virtud retétriz de abaxo,y eſto es comũ a todas las peras. Las dulces ſon compueſtas de ſuſtancia de agua, y de ayre,ſon mas ſubtiles, y mas templadas y mantienen mas,y porẽde dañan menos al eſtomago.Sõ eſtipticas algo:empero no tanto como las por madurar,o ſilueſtres, ni han meneſter prepararſe, anſi.Empero las que ſon dulces mucho que ſon como dize Auicena enel lugar acotado, a manera de agua de açucar congelada, las quales dize q̃ en ſu tierra ſe llaman,Senabruti, que ſon grandes y muy redõdas de corteza ſubtil Sõ templadas, y menos frias que ningunas:y porende calientes. Acreſcientã la digeſtion,ſon para los eſtomagos frios y ſecos. Ay otras de mucha ſuſtãcia d̃ agua. frias y humidas, deſabridas ſon peores

que

que ningũas, laboriosas para el estomago. En cõclusiõ, todas las peras estriñen el vientre, engendrã colica, dañan a las tripas, al longaon, y recto entestino, como lo dixo Rasis enel. 4. de sus afforismos, y porende se deue beuer tras ellas aguamiel con pimienta y canela, o aloxa, y si se cuezen con hongos, pierdẽ de su malicia, como lo dixo Auicena enel lugar allegado. Despues del manjar hazen venir camaras, son muy escogidas las q̃ se dizen moxcateles, como son en nuestra tierra las de sant Syluestre, tras ellas las vinosas. pintas, y dinales, de [illegible] y [illegible] uaderas moscateles

Ras. 4. aphor.

CAPITVLO

29. delos aluarcoques, llamados en Latin pręcoces, y đ las aluerchigas llamadas en Latin poma Armeniaca, y đ sus prouechos.

LOs barbaros debaxo deste nombre Chusomela, cõfundẽ en si los aluarcoques, q̃ en Latin piẽso se llamã pręco-

ces, y

ces,y las aluerchigas,que pienſo ſe dizẽ en latin, armeniaca precocia. Empero ni al aluarcoque, ni a la aluerchiga, le conuiene,eſte nombre,porque ſegun q̃ ſe interpreta eſte nombre Chriſomela, quiere dezir mançana dorada,o de oro, el qual nõbre,ſegun he leydo,es de cierto geñro de mẽbrillo muy loable,chico y oloroſo. Dexado pues eſto a parte,dezimos, q̃ anſi los aluarcoques,como las aluerchigas ſe llaman prẽcoces, porque es vna fruta mas temprana que ay entre el genero de mançanas,porque precox,ſignifica coſa temprana,o coſa madura temprano. Pues en comun pienſo,que los barbaros interpretando a los Arabes dixeron a la aluerchiga Chriſomela.Prueuolo,porque el interprete de Raſis enel.23.del continente,cap. 742. dixo. *Chriſomela frigida & humida ſunt in medio tertii & aſſimilantur perſicis, &c.* Las chriſomelas ſon frias y humidas en medio del tercero grado, y pareſcenſe a los duraznos priſcos, por lo qual ſe con

Raſi. 33. cõtinẽ. c. 742.

ſta

ſta, q̃ entiende por las aluerchigas, porq̃ cierto en ſu figura y ſaber, color, pareſcen a los duraznos, aunque ſon menores. Y en otra parte mas arriba dixo el miſmo *Præcoqui meliores ſunt pro ſtomacho perſicis.* Quiſo dezir, que los aluarcoques ſon mejores para el eſtomago que los priſcos, o duraznos, De dõde cõſta por la diuerſidad de los nombres: que vnos ſon los que ſe dizen, precoces apar dios barbaros, y eſtos ſe interpretã los aluarcoq̃s, y otros los q̃ ſe dizẽ Chriſomelas, q̃ ſon las aluerchigas. Acercade los Latinos ay poma Precocia, y ay, poma Armeniaca, e ya cõſta, q̃ la poma precocia ſe dizen los aluarcoques, y que por la armeniaca no tenemos que entender ſi no las aluerchigas. Y hablando el Galeno enel. 2. de alimentis de entrãbas frutas dixo. *Præcocia tamen armeniacis præſtãt.* Quiſo dezir, que los aluarcoques ſon mejores q̃ las aluerchigas. Pues en aq̃l capitulo no va hablando ſino de la fruta mas temprana, entre el linage de mã

çanas

çanas: empero ſino ſe confundē los nō-
bres. Auicena enel.2.canō.c.147.dixo,
Auic. 2.canō c.147 que las Armenias erā las mejores, y no
les vinie tan preſto la azedia ni la cor-
rupcion, entendio a mi ver, de las aluer
chigas, pues eſta claro que no les viene
azedia y corrupcion tan preſto como a
los aluarcoques, ſacaſe por lo menos de
ſto, q̄ las q̄ le dizē Armeniacas, ſon las al
uerchigas. Finalmēte, anſi los aluarcoqs
como las aluerchigas differen poco, y
quaſi ſon de vna miſma qualidad. Porq̄
Auic. ibidem ſegū Auicena enel lugar acotado, e Ilac
en ſus particulares, ſon frias y humidas
en ſegundo grado, facilmente ſe çorrō-
pen, engendran flema grueſſa y viſco-
ſa, en la concauidad del higado y baço,
y por ende ſon cauſa de calenturas, y
ſon vna fruta de todas maneras malina,
y deuēſe comer en ayunas al principio
de los manjares, porque al cabo nadan
encima de la comida, y preſto hazen
azedias y corrupciō. Y ſi del todo ſe cor
rompen, engendran humor venenoſo,

hinchan

hinchan mucho, conuienen empero para la roxa colera, ſino o amatan el calor natural del eſtomago y le debilitan, hinchen la ſangre de agua, e ichores. y ſon para el eſtomago algo mejores que los duraznos y priſcos, como lo dixo Galeno enel lugar acotado. Deſpues de ſecos infundidos pertenecen a las fiebres agudas, empero las aluerchigas no ſe corrompen ni azedan enel eſtomago, tanto como los aluarcoques, como lo dixo Auic. enſl lugar acotado. Corrigenſe los daños anſi delas aluerchigas como d los aluar coqs, ſi tras ellas ſe toma almaciga, y anis en quantidad de vna dracma, y beuer luego vnos tragos de vino puro, o de miua de membrillos. Al fin concluyo Raſis enel lugar allegado, que creſce, que no ſe halla fruta que mas enfrie que ellos, de los quales dixo Paulo enſu primero libro. *PRAECOCIA & rhodacina & armeniaca perſicis meliora ſunt, neque enim acceſcunt neque ſimiliter corrumpuntur, ac ſunt etiã delectabiliora.* Quie

Gal. 2. de ali.

Auic. ibidẽ.

Raſis. ibidem

Paul. libr. 1.

re de

re dezir. Los aluarcoques y aluerchigas, son mejores que los duraznos priscos, y no se azedan ni corrompen tãto, y son mas deleytosas al gusto, conforta el coraçõ. Guardense dellas las mugeres, los flacos de estomago, los frios, los que suelen tener dolor de tripas y riñones, y de hijada.

CAPITVLO

20. De los duraznos y priscos, y de sus propriedades en quanto alimento.

LOS duraznos, y los priscos differẽ poco en sus qualidades, y en su sustãcia, y nutrimento, porque ansi los vnos como los otros son frios y humedos, y engendran fiema. Empero, como dize Haliabbas en el. 5. de su theorica cap. 19. El que es tierno y blando, que se saca de su hueso, o cuexco, sin dexar en el carne que es el prisco, mas presto se digiere, y

Halia. 5. theo. c. 19.

mas

mas presto desciende del estomago, empero el que tiene su carne apegada al cuexco que no se puede del todo desasir del, que es el durazno. Este tal es de dura sustancia, y es mas grueſſo y difficil digestion, y destos duraznos ay dos differencias, porque vnos son grandes y blãcos y bellosos de poco color, y otros son pequeños lisos, roxos cetrinos. Los primeros son dulces y agros de mas humidad y viscosidad, y porende se cõuiertẽ en flema grueſſa y viscosã, y en corrupcion. Pareſcese claramente su corrupcion, porque si los horadan con hierro y los ponen dende aun poco a las narizes, se siente vn olor de podredumbre y corrupcion. Empero los q̃ dellos fueren menores, son mas oloroſos, y mas remotos de corrupcion. Finalmente tienen admirable propriedad para quitar, el hedor de la boca q̃ prouiene del estomago, y los que dellos son por madurar, estriñen el vientre, y los q̃ estan maduros, ablandan el vientre, especialmen

te los priſcos, y deuenſe comer en ayunas, porque deſpues del manjar nadã ſobre el, y ſe corrõpen. Empero antes del manjar ſon faciles de digeſtion, y los q̃ ſon ſecos q̃ llaman orejones, ſon tardos de digeſtion, y no ſon de buen nutrimẽto, pero los maduros y humidos mueuen el appetito, ſon vtiles para el eſtomago caliẽte, valẽ contra la ſequia, e inflamaciõ del eſtomago, amatã el calor natural, quitanſe ſus daños y vicios beuiendo tras ellos aguamiel cozida, y comiẽdo agengibre y miel. Los duraznos adobados en conſerua de miel, ſon vtiles para los pulmones, porq̃ por la miel en que eſtan ſe quita ſu groſſeza. Y ſegũ dize Iſac en ſus particulares, ſon frios y humidos en ſegundo grado, y ſon muy ſemejantes a las aluerchigas, que el llama Chriſomilla, deueſe beuer tras ellos vino puro, quando no vuiere a la mano aguamiel: valen contra el dolor del coraçon y de la boca del eſtomago, que ſe dize Cardiaca paſsion. En fin tienen vn

Iſac de. par

ſeñala-

señalado y singular prouecho, que es enmendar el hedor de la boca, como lo dixerõ Auerroes enel quinto de su colliget, y Auenzoar en su Therisis cap. 1. Todo lo sobredicho affirmaron Auicena enel. 2. canõ. y enel. 22. del tercero tratado. 2. cap. 21. y Gal. enel. 2. de alimentis. cap. 18. De los melocotones no hallo autor que hable, sino que son cierto genero de duraznos compuestos de sustancia de agua y de tierra, y porende son frios y no tanto humidos como los duraznos, por la sustancia terrea y seca que tienen en si mezclada, y por esso no son tan faciles de corrupcion, y son mas confortatiuos del coraçõ y estomago y tripas, y finalmente son no poco estipticos por donde les viene aq̃lla virtud de confortar, por su olor dan fuerça al celebro y enmiendã el mal olor de la boca mas q̃ los duraznos: empo sõ de mas grueso xugo, y mas difficiles d̃ digestiõ, no se deuẽ comer sino en ayunas y tomar tras ellos agẽgibre, canela, y beuer vino puro

Auer. 5. coll. Auic. 2 canõ Galen. 2. de alimen.

añejo, tomados deſpues de otros manja
res los corrompen y hazē deſcendir cō
preſteza, y ſino deſciendē con ellos ſino
que ſe detienen ſe tornan veneno, y cau
ſan calenturas cronicas. Empero quitā-
ſele eſtos daños ſi ſe aſſan y comen con
açucar, y anſi ſon faciles de digeſtion, e
muy conortoſos para los miēbros prin
cipales. En conſerua con miel ſon muy
pectorales, y ſu grueſſo xugo, ſe adelga-
za, y ſon de buen nutrimento, y muy
confortatiuos, en eſpecial ſi ſe adereçan
con eſpecias. Algunos dizen que ſe en-
gendran de enxerirſe el membrillo con
el durazno, e que porēde tienen proprie
dad del vno e del otro, y que del mem-
brillo, toma la auſteridad y ponticidad
y color, y del durazno lo de mas. Empe
ro no he hallado a hombre que tal en-
xerto aya hecho, ni que aunque le haga
ſalga cō el effecto: ni he oydo dezir a na
die que tal ſe halle por eſperiencia, ſino
que es vn arbol por ſi de genero de du-
raznos, eſpecialmente que ſe tiene por
regla

regla que para enxerirvn arbol en otro deuen los arboles tener en si alguna affinidad, o proporcion para que prendan pues dize Aristoteles, que es mas facil el tranſito entre los que guardan ſymbolo, o ſemejança, que no donde no ſe guarda, porende, como el durazno ſea fruta de cuexco y no el membrillo, no ſe halla entre ellos eſſa ſemejança ni affinidad para q̃ prenda el vno enel otro. Aristo.

CAPITVLO

31. de los membrillos, y de ſu naturaleza para ſe comer.

LOS mẽbrillos, como lo dize Auerroes en el quinto de ſu colliget, ſon de mas grueſſa ſuſtancia, y mas eſtipticos q̃ las peras, y porende ſon mas frios yen ſu olor ay admirable propriedad cõtra todas las paſsiones del coraçon. Los que ſon azedos y auſteros ſon frios en el fin dl primer grado, y ſecos enel principio del ſegundo, como lo dixo Auice Auerr. Auic.

Auic. 2. canõ c. 156.

na en el. 2. canon, cap, 156. Empero los q̃ son dulces, son de sustãcia de agua y en complexion templados declinantes algo a calor, y por esso resfriã poco, y por ende no confortan tanto el estomago como los primeros, y no conuienen al estomago caliẽte, ni a los vomitos ni camaras de colera, pero los membrillos desabridos ni azedos, ni dulces son los peores de todos, porque son frios y humidos, y mas frios que humidos, y no confortã el estomago como los de mas ni dañan al calor como los azedos, ni mantienẽ como los dulces, sino que engendran vn humor flemarico y crudo, como muy biẽ lo distinguio Isac en sus particulares dietas, si se comẽ antes del manjar: confortã el estomago y tripas, y detienẽ y aprietã, y reprimẽ el fluxo de colera y el vomito, especialmẽte los azedos y estipticos, mayormente sino se toma manjar hasta que se ayan bien digerido: Empero comidos despues de otros manjares mueue mucho a camara, y

Isaac de par.

ra,y hazen deſcendir los mãjares antes que ſe digierã.Comiendolos muy a menudo offendẽ los neruios,y cauſan paſſion colica,tienen ſobre todas las frutas mayor auſteridad,y cauſan mayor detẽcion.Si ſe comen como digo en ayunas amanſan la ſed y la borrachez,ſuelẽ hazer podredũbre en las tripas, pero quitanſe ſus vicios ſi ſe comen aſſados,y deuenſe aſſar,ſegun dize Auicena enel lugar allegado.Deſta manera. Hanſe primero de ſacar ſus pepitas y poner dentro miel,y embarrarſe por d̃ fuera,y ponerſe enel reſcoldo viuo. Comidos deſta manera en ayunas, o al principio de los manjares,tienen todas las vtilidades dichas, y no offenden a los neruios, ni cauſan colica. Y fuera deſto dizen que mueuen vrina,como lo dixo Raſis enel libro.22.de ſu continente,capitulo.384. Todo lo ſobredicho dixeron Auicena, Auerroes,Iſac.Raſis en los lugares acotados,y Galeno enel.2.de alimentis.

Auic. ibidem

Raſ. cõtin. 22. c. 384.

CAPILVTO

32. De las Granadas, y de su naturaleza, en quanto alimento.

LAS granadas ansi agrias como dulces, segun dize el Galeno enel segũdo de alimentis, dan poco alimento al cuerpo: y porende dize, que nunca las comamos por razon de mantenimiento, sino por razon de remedio medicinal, especialmente si son agrias, pues destas no se ha de vsar sino para aplacar el calor del estomago y higado. Cierto las dulces son blandas y engendran buenos humores, y expellen los humores podridos del orifico del estomago, y dá appetito de comer, segũ que lo dixo Rasis enel. 4. de sus afforismos: son frias y humidas enel primer lugar, como lo dixo Auicena enel segundo canon, cap. 320. Ablandan el pecho y confortanle, conuiene al tremor del coraçon, y alimpian la boca del estomago. Son conuenibles al estomago por la estitiçidad sutil

Raſ. 4. aphor.

Auic. 2. canõ

til que tienē: empero ſuelen dañar a los que tienen calenturas, no refreſcan y hazen inflamacion y ſequia: y porende no conuienen a perſonas calientes. Mueuē vrina, aunque no tanto como las agrias, finalmente agras y dulces. Son mundificatiuas, y eſtipticas, quiero dezir, q̄ alimpian y eſtriñen. Empero las agrias tienē eſta propriedad mas que las dulces. Las que el Auicena llama Muza, que ſon agradulces, ſon ſegun el dize enel lugar allegado: mas juuatiuas para el eſtomago que los membrillos y mançanas, pero que ſu grano es malo. Entiendeſe la cibera. E dixo mas, que las agrias ſon aſperas para el pecho, y que las agradulces que llama Muza, ſon vtiles para ſu inflamacion, y q̄ las agras dañan el eſtomago: y que los granos de las granadas ſon malos para el, y que es mejor que el que tiene calentura los chupe deſpues del mājar, porque el humo y vapor de los manjares no ſuba a la cabeça, que no permitir ſubā las malas materias de

abaxo

abaxo para arriba, prouocan la vrina mas que las dulces. Empeao dañan al eſtomago y tripas. Las granadas agras dulces, ſon para las fiebres agudas, e inflamacion de eſtomago, y porẽde dixo Auic. 4. pri. tra. 2. c. 39. Auicena en la quarta del primero tratado. 2. cap. 39. Las fructas deſeadas ẽlos que tienenẽ calentura de colera ſon las granadas dulces y Muzas, que ſon agra dulces, y las ciruelas. La cauſa aſsigna Auer. 7. coll. Auerroes enel. 7. de ſu colliget, cap. de ſimcopi, porq̃en los granos de las granadas ſe hallavna propriedad de reſiſtir a la putrefacion: y porque el manjar no ſe conuierta en humos malos. En concluſion las azedas ſon de ſu natural propriedad dañoſas para el eſtomago, ſon aſperas para el pecho, refreſcan el eſtomago y higado, y propriamente al higado, y amatando el calor de la colera y ſangre, refrenan la calentura y vomito. Son de fuerte eſtreñimiento y auſteridad en tanto grado, que ſi ſe poñẽ enlos manjares, detienen que las ſuperfluydades

des no vengan al eſtomago y tripas, y ſu cozimiẽto es vtil a las vlceras delos inteſtinos, y para el manar d̃ las humidades antiguas de la matriz. Son frias y ſecas enel ſegundo grado, como lo dixo Auicena enel lugar acotado.

CAPITVLO

31. de las açufeyfas, llamadas en Latin iuiubę, y delos neſpilos, y de ſus propriedades para quanto hazen al caſo para la ſanidad.

LAS açufeyfas como lo dize Auicena enel. 2. canon. cap. 370. Son frias e nel primer grado, y tẽpladas en ſequedad y humidad, a la qual declinan: y dixo dellas el Galeno, q̃ no hallaua enellas obra para la conſeruaciõ de la ſanidad, ni para quitar la enfermedad. Só malas para el eſtomago, de difficil digeſtion, y poco nutrimento, pero ſon vtiles para el pecho y pulmones, empero quando

Auic.

Gal.

eſtan

eſtan eſtipticas y por madurar, aplacan la acrimonia de la ſangre, y quando alle-
gan a maduracion, ablandã y humedeſcen la aſpereza del pecho y pulmones engendran fiema: y porende huyan dellas los de fria complexiõ, y de frio eſto mago, engrueſſan la ſangre, y hazen la veſcoſa. Todo lo ſobredicho affirmarõ
Auic. ibidẽ. Auicena enel lugar allegado, Raſis enel
Raſis. tercero de Almanſor. cap. 20. y enel. 21.
3. ad al mãſ. c. 20. del continente. Iſac en ſus particulares. los Neſpilos, como lo dixo Iſac, ſõ frios y ſecos en primer lugar, confortã el eſto mago, quitan el vomito y camaras colericas, y dize que prouocan a vrina, mantienen poco, y engendran grueſſos xugos, y ſon mejores para antes del manjar que para deſpues. Empero Auicena en el ſegundo canon, cap. 757. dixo que detenian todo fluxo, y que cauſan dolor de cabeça mas que otras ningunas frutas, y que ſon malas para el eſtomago, y que detenian y reſtriñen la vrina, al qual pareſcer mas me allego. Llaman al ne-

al neſpilo Tricoctum, porque tienẽ tres gueſos, reprimen la colera, conuienen a eſtomagos calientes, dan fuerça al vientre y eſtomago: y porende ſe deuẽ vſar mas por via de remedio medicinal, que no de alimento, como lo dixo el Galeno enel. 7. de Simplicium facultatibus, y enel libro de euchimia. Sacanſe deſtos autores dos contradiciones. La primera, que dixo Iſac que mueuen vrina, y Auicena que la detienen. La ſegunda q̃ dixo Auicena, que eran malas para el eſtomago, y Galeno q̃ le confortauan, y Serapiõ dixo q̃ eran buenos para el eſtomago: yo quiero mas creer al Galeno. *Gal. 7 de ſim.*

CAPITVLO

32. de los limones y narãjas, y de ſu naturaleza para los manjares,

DE los limones ay pocos que hablẽ, empero diremos dellos lo que ſe puede por autoridad y eſperencia hallar. De los quales dixo el autor de las pande-

pandetas, que ſu azetoſidad es fria y ſeca, como todas las de mas coſas azedas y que el xarauc que ſe haze dellos vale contra fiebres peſtilenciales, fiebres malignas de tauardillo, y q̃ ſu olor conforta al coraçon, tienen mucho çumo azedo, apto para ſalſas, y tambien ſe come aparejado con ſal. Es ſu çumo frio en ſegundo grado, es ſutil, penetratiuo que corta los humores grueſſos, y mueue el appetito, conforta al eſtomago por la ſequedad que tiene de vn poco de ſuſtancia de tierra, por la qual engendran melancholia, y conſtriñen el vientre: y por ende ſe ſaca que ſon eſtipticos y eſtreñidos, ſon de poco nutrimento y grueſſo, y deſminuyen la carne y ſangre, ſi ſe comen muy a menudo, y hazen los cuerpos magros, ſon buenos por via de ſalſa, y no para todos eſtomagos, ſino para los calidos ſin appetito. Ay tambien otra ſuerte de limones dulces, los quales aunque por ſu dulçura declinã a calor empero ſon de qualidad y naturaleza

de

agua, frios y humidos. Las cortezas de-
llos, anſi d los dulces, como d los agrios,
ſon agudas al guſto, aromaticas, deſe-
can en grado primero, ſon calidas, por
que ſe vee claramente que reſqueman
vn poco. Laguna díze que ſon muy tẽ- Laguna
pladas en calor y frialdad, y aunq ayu-
dã a digerir, ſon difficiles de digeſtiõ, el
çumo de los agrios quita los barros, y
qualeſquier manchas del roſtro, beuido
mata las lõbrizes del cuerpo, deshaze
las piedras de los riñones y purgalas.
Las Naranjas, que llaman los praticos,
arancia, o aurancia, o malamedica, ſon
en dos maneras, dulces, y agrias. Las
dulces ſon de naturaleza y ſuſtancia de
agua, y por ende ſon frias y humidas, a-
unque declinan a calor: y porende ſon
dulces, no ſon tan dañoſas al eſtoma
go como las agrias. Las quales dañan
al eſtomago frio, pero no al caliente y
colerico: quitan la acrimonia de la cole-
ra, aunque ſu corteza en conſerua de a-
çucar, o miel, conforta al eſtomago,

ſu

ſu çumo muerde el eſtomago,y agraua la cabeça:los que ſon amigos dllas,eſcojã las mas coloradas y liſas,d̃ mas gruеſſa corteza, porque eſtan ſon las mas maduras,ymas dulces,y que menos dañan al eſtomago. Deuẽſe guardar de comer muchas dellas porque offenden el eſtomago,como ſea impoſsible que dexen de tener agro.

CAPITVLO

34. En donde ſe demueſtra la naturaleza y propriedad,y ayuda d̃ la cidra,y de ſus partes.

LA cidra tiene quatro differẽtes partes,corteza,carne, azedo, ſemilla,de todas eſtas partes tratarẽmos por ſu orden,la corteza, como dize Auicena en el ſegundo canon, cap. 120. Es caliente en primer grádo,y ſeca en fin del ſegundo,y ſegun Galeno,deſeca ño con poca agudeza : y porende es ſeca en tercero grado, y templada en frio y cãlor aunq̃ declina

declina vn poco a calor, quando esta co
lorada, es oloroſa yes difficil de digestiõ
por su dureza y sequedad: y si se pusiesse
en los manjares ayudaria a la digestion
como las de mas cosas calientes, y quan
do se toma en poca quantidad conforta
el estomago. Ansi lo quiso el Galeno en
el libro de solutione continua, diziẽdo,
que si se pone en conserua en poca quã-
tidad, cõforta el estomago, y en mucha
le agraua, porque es de dura digestion,
es resolutiua como su semilla, y si se po-
ne entre paños, o sedas, preserua de pu-
lilla, y su olor retifica la peste y corrup-
cion del ayre, y su cozimiento haze buẽ
olor, y detiene el vomito, y mueue appe
tito, y tiene virtud de quitar veneno, y
confortar el coraçon, como lo dixo Ra-
sis enel quarto de de sus aphorismos, y
Auicena enel lugar allegado. Y dixo, su
carne blãca, es caliente y humida en pri
mer grado, y que segũ algunos era mas
fria q̃ humida; y ansi lo quiso Rasis por
autoridad de Aben Mesue, diziendo, q̃

Galen. libr. de sol. cõt.

Raſ. 4. aphor.

Ee la car

la carne blanca de la cidra era fria y humida en primer grado, y mas fria que humida, y que se detiene enel estomago, y es de tarda digestion. Empero, como lo dize Auicena enel mismo lugar: tiene tuerça de hinchar, y porende es mala para el estomago, y es de tarda digestion: y es cõtraria al pecho. Y por esso, dize que se deue comer con cierto correctiuo, que el llama Almuri, que es salmuera: y ni mas ni menos con miel, porque ansi es mas saludable, y rescibe mejor la digestion, sino se come en mucha quantidad. Y no comiendose ansi, causa tambien colica. En fin, es dura y maciça, y porende haziendo della comida, se digere con difficultad, y passa tarde del estomago, y engendra humores gruessos y frios: como lo affirmo Isac en sus particulares, y Rasis enel mismo lugar allegado arriba. Empero, su azedo de la cidra es frio y seco en tercero grado, y segun dize Isac en segundo. Es estreñido, o estitico, y refrena mucho

la ro-

la roxa colera, aplaca el tremor del cora
çon que prouiene de calor, es buen mã-
tenimiento para los pulmones y gargã
ta, conuiene a las camaras colericas, tie-
ne virtud incisiua que adelgaza y refre-
sca: porende mitiga el calor del higado,
y conforta el estomego, porque mueue
el appetito, socorre perfectamente a la
sequia, y quita la tristeza y passió de co
raçon: estriñe las camaras. Esto dixo Ra
sis enel mismo lugar de arriba, e Isac en
sus particulares, Galeno enel libro de so
lutione continua Empero su semilla, co
mo ay lo dize Auicena, es calidnte en
primer grado, y seca enel seguudo. Es
conuenible para las almorranas toma-
da con vino y miel y agua calieute, par-
ticularmente resiste a la mordedura del
alacran, vntando por defuera a qual
quiera venenosidad, relaxa el viẽtre, y su
cozimiẽto da buẽ olor y beuido es bue-
no cõtra qualquier pẽçoña. Finalmẽte
conuiene que la cidra se coma por si sin
manjar alguno, ni antes ni despues, ni

mezclado hasta tanto que se aya digerido: y si se come despues de otro manjar haze indigestion, y en conserua conforta el estomago y coraçõ, y causa buena digestion y buen olor de boca: lo qual se deue entẽder tomandolo en moderada cantidad, porque de otra manera agraua, como lo dixo Mesue en la distinction. 5. de su Grabatin.

Mesue dist. 5. Grabadin.

CAPITVLO

35. de las azeytunas y de su propriedad para se comer.

LAs azeytunas, segũ Dioscorides en su primer libro, Cap. 118. son de tres maneras, vnas llamo colymbades, que dixo ser buenas para las quemaduras, y que con salmuera confirman los dientes, y apretauan las enzias. Y otras dixo que eran rojas, y estas dixo que eran vtiles al estomago, y difficiles para las tripas. Otras dixo que eran negras perfectamente maduras, contrarias al estomago

mago,y q̃ causan dolor de cabeça. Paul. en su lib. 1. cap. 81. dixo q̃ las azeytunas erã de dos maneras, vnas dixo que se llamauan *Drupas*, y que eran agenas e incõuenibles para el estomago, y de gruesso xugo. Otras dixo que eran Colymbades: las quales guardadas en salmuera, o en saly agua, y comidas al principio d̃ la comida mouien la gana del comer, y hazien venir camara, especial si estauan adobadas con vinagre y miel, o cõ solo vinagre. Lo mismo quiso dezir Galeno en el lib. 2. de alimentis, donde hizo diferencia entre las azeytunas caducas, o caydas, q̃ son las que de maduras se caen de los arboles: y entre las llamadas Colymbades o Halmadas, de las quales dize, q̃ comidas ante de los manjares mueuen camara: especial comidas con garo o salmuera. Las caducas o caydas dize q̃ tienen mucho azeyte, y las colymbades mucho xugo styptico y poco azeyte. Venidos a lo que dize Isac, y los demas Arabes es, que las azeytunas se deuẽ con-

Paul. lib. 1. c. 81.

Drupas

Gal. 2. de alm.

caduuas

siderar de tres differẽcias. Vnas son verdes y por madurar, austeras, o estreñidas: y a estas llaman azeytunas de agua, y estas dizen que son de sustãcia de tierra, porque estriñen mucho, y no tienen casi nada de azeyte. Destas dixo Rasis enel tercero de Almansor, capitulo 19. que eran calientes y secas, y que comidas ante del manjar mouian a camara, y confortauan la boca del estomago. Y estas son a mi paresçer las que los Griegos dizen Colimbades, pues son las no maduras, que el Galeno differencio de las caydas y bien maduras que tienen mucho azeyte, las quales son caliẽtes y humidas templadamẽte, como lo dixo Auicena enel segundo canon, cap. 529. Adõde dixo, que las azeytunas por madurar, o no maduras eran frias, y las maduras eran calientes. Pero hase de aduertir, que como las azeytunas verdes puedan estar adobadas, o por adobar, las que estan adobadas, especialmẽ

Ras. 3. ad Almanso. c. 59.

Auic. 2 canõ c. 529.

te con vinagre y miel, o con ſalmuera ſe dizen las Colymbades, y mueuen camara por la irritacion que en ſi tienen del adobo, pues ſiempre ſe preparan con ſal. Deſtas dize Iſac en ſus particulares, que encienden la ſangre, y muerden los neruios del eſtomago, y que ſon difficiles de digeſtiõ por la mucha groſſeza de ſu xugo, y por ſu dureza, y que tienen poco nutrimento. Y por ſu adobio de ſal, dixo Raſis, que eran calientes: empero de yuſo ſon frias y ſecas, y por razon de no eſtar maduras. Y anſi tambien lo dixo el Auicena enel lugar allegado: y porende las verdes que no eſtã adobadas que ſon frias y ſecas, ſon las q̃ llama el Paulo Druppas, q̃ ſon las mas innutiles para el eſtomago, y ſon las que perfectamente llamã los Barbaros azeytunas de agua, porq̃ ningun azeyte tienen, por lo qual no mãtienẽ nada. Empero las adobadas que llamamos Colymbades, ſi eſtã pre-

paradas con vinagre, como lo dize Isac son mas subtiles de substancia, y reprimen y refrenan la colera: mueuen apetito, especial si se comẽ, como el dize, en medio de la comida, y si se digieren dan buen nutrimento, confortan el estomago, sobre todas las azeytunas, Empero las que son maduras, son en dos differẽcias, porq̃ o no estan perfectamente maduras, o estan del todo maduras, las que perfectamente no lo estan, que son las bermejas, que llamo Dioscor. Flauas, o Iacyntinas, no son tã dañosas como las negras, por tener poco azeyte y poco estreñimiento, y porende confortan razonablemente el estomago, y hazen en el cuerpo vn humor roxo de su color, como las negras le hazen negro. Y ansi dixo el Gal. que las azeytunas roxas hazen vn humor como hiema de hueuo las negras q̃ son las perfectamente maduras, se bueluen con presteza en corrõpimiento, relaxan el estomago, humedescen el vientre, son calientes, y templadas

pladas en ſequedad y humidad, como lo dixo Iſac alli, y mas pareſcen humedas, porque tienẽ mucho azeyte, y porende tienen mucho nutrimẽto y grueſſo, difficil de digeſtion, aunque facil para mouer camara, la difficultad de ſu digeſtion les prouiene del azeyte, el qual haze nadar la comida en lo mas alto dl eſtomago, y no la dexa deſcendir al lugar de la digeſtion. La facilidad de mouer camara les viene por cauſa del azeyte que haze al eſtomago humedo y deleznable, por lo qual antes que el mãjar ſe digiera y cueza deſciende abaxo a las tripas, y porẽde en comparacion delas demas ſon vituperadas, y ſi eſtan adobadas con ſal ſe tornan colera, porque ſu azeyte preſto ſe inflamma y enciende, al fin como lo dize el Galeno en el. 2. de la compoſicion ſecundum locos, dã dolor de cabeça, eſtas ſon las azeytunas q̃ los Arabes dixeron de azeyte. Y las no maduras llamaron de agua, no porque ſean de ſubſtancia de agua, q̃ antes ſon

de tierra, ſino porque tienen poco azeyte. Las Colymbades que ſon las no maduras empero adobadas, aũque ſon por madurar, toda via tienen alguna mas maduracion que las perfectamente verdes, y porende tienen algun azeyte, por el qual mantienen aunque poco, como lo dixo Galleno enel lugar allegado, al principio tienen eſtas vna propriedad q̃ echadas en agua abaxan y ſuben, y por eſſo ſe llaman Colymbades, lo qual les prouiene por lo poco que tienen de azeyte, el qual cauſa no deſciendan del todo. Empero las muy verdes como ſean todas de ſubſtancia de tierra, luego abaxan, y las muy maduras como tengan mucho azeyte y poco de ſubſtancia de tierra nadan ſobre el agua, ſino fuere en caſo que eſten muy mojadas, o llenas de tierra.

Gal. 2. de alim.

LIBRO quarto de auiſo de ſanidad de los manjares y guiſados y confituras.

CAPITVLO primero, en el qual ſe enſeña a conoſcer la naturaleza y virtud y propriedad de los manjares compueſtos, como de enſaladas, ſabores, mixturas, ſalſas, paſteles, guiſados, caçuelas para que no dañen a la ſalud.

PLatina es el que muy diffuſſamente tracta de todos los generos de manjares cõpueſtos, y porque ſeria coſa de nunca acabar de contar por eſtenſo todas las maneras de guiſados, potajes, porque ſon infinitos, ſegun las coſtumbres de las familias, regiones de las caſas, de las ciudades, por ende es mejor redu-

reduzirlo a ciertas reglas generales, por lasquales qualquiera pueda venir en conoscimiento d̄ la virtud y operacion de qualquier mãjar compuesto, E porque para venir en conoscimiento del cõpuesto es menester saber todos los simples que entran en el, conuiene a saber, que calidad tenga cada vno, y en que cantidad se deua poner, y de que virtud sea, y que operacion tenga, y q̄ grado, y que prouecho, y que daño: y finalmẽte que complexion resulte de su composicion, es menester escudriñarlo con diligencia y cuydado: porque si el manjar compuesto se constituyesse de tres partes, de cosas frias las quales dañan al estomago, y de vna parte de cosas calientes que son conuenibles para el, en proporcionales grados: porque desta manera la mayor parte es d̄ cosas frias: no ay que dubdar sino que todo el compuesto saldria frio, y porẽde dañoso al estomago, como claramente se paresce: Empero si las cosas calientes qué entran enel manjar compuesto

puesto fuessen mas q̃ las frias, o de mas intenso y fuerte calor, de suerte que mucho sobrepujassen a las frias, ciertamẽte todo el mãjar compuesto saldria caliente y tal se nombraria, Como dado caso que las cosas frias que entran en el tal mãjar compuesto fuessen tales en el tercero o quarto grado, aunque enla copia quiero dezir en numero, o muchedumbre excediessen las frias, pero no en fortaleza de frialdad, tal mãjar compuesto se nombraria caliente y no frio. Lo que emos dicho de los manjares frios y calientes lo mismo se deue dezir de los secos y humedos, y lo mismo de los q̃ dañan a algun miembro, y de los que le ayudan ya prouechan, Porque si delas cosas de comer que entran en algun manjar, la mayor parte es dañosa, y la menor util y prouechosa, todo el manjar compuesto sera dañoso, Empero por el contrario sera prouechoso, y desta manera y via qualquiera terna algun conoscimiento para saber qual sea la naturaleza

leza, la complexion, la propriedad, la obra y effecto de qualquier enſalada, guiſado, de qualeſquier ſabores, y mezclas y ſalſas, y pepitorias, paſteles, y que ſean ſus prouechos y vtilidades, y q̃ ſeã ſus daños. Si bien lo ponderan todo, y y anſi conoſcera que manjares ſeran ſaludables, y que manjares cauſarã enfermedad, y como ſe deuen corregir y refrenar ſus exceſſos, puniendo y mezclãdo coſas contrarias, las quales puedan refrenar la exceſsiua qualidad delos tales manjares. Pero quales deuan ſer las coſas que corrijan y tiemplen y refrenẽ los exceſſos, diremos adelante, y no trataremos de todas, ſino delas coſas mas vſadas y mas familiares, delas quales cada dia tratamos: con las quales los muy dieſtros cozineros ſuelen guiſar y rectificar y corregir los mãjares a ſus ſeñores, y por eſſo ſe ſuelen llamar los tales mãjares guiſados. De los quales vnos ſon calientes, otros ſon frios, otros ſon delecatiuos, otros ſon abſtidores, y otros ſon

eſtre

estreñidos, y otros subtiles. Y de la misma manera otros son estomatichos, o aptos para el estomago, otros para el higado, otros para el coraçon, otros son liquidos, otros espesos, y secos. Agora empecemos de los liquidos y humidos.

CAPITVLO

2. De las gorduras y enxundias, y pringues, y de la manera como se deuen vsar en los guisados.

LOS condimentos, o adobos de los manjares son de diuersas maneras. Porque vnos son liquores, y otros son especies olorosas, como canela y açafran, &c. Primero trataremos de los cõdimentos, o adobos que son humidos y liquidos, y diremos con Isac en sus particulares dietas, que de las cosas de pringue solamente auemos de vsar por via de condimento y de preparacion para

para guiſar los manjares para que tengan guſto y ſabor, porque ningun genero de pringue, aora ſea carnoſa, aora ſea pura pringue ſin carne, es buena para comer ſino muy mala, porque como el dize en ſus vniuerſales dietas, cap. 28. la pringue y vncto mãtienen poco y mal, y porende no ſe deuen dar para comer por ſi, ſino ſolamente para con ello guiſar los otros manjares, pues anſi la pringue como el vncto hinchã el eſtomago y le hartan preſto, y corrõpen qualquier manjar que hallan en el eſtomago, y aſſi ſon dañoſas coſas para el, y para ſu digeſtion, pues andan nadando ſobre las otras comidas y las engrueſſan y relaxã las hebras del eſtomago, y las hazen viſcoſas y deleznables, de donde ſe ſigue, q̃ ſu virtud retenedora o retentriz ſe debilita y falta, y ſu virtud expultrix o alançadora ſe fortifica, d̃ ay prouiene la Liẽteria, q̃ ſon camaras del manjar miſmo indigeſto, y eſto ſe entiende que obran en eſtomagos frios, porq̃ en los calientes

tes,y conuiertenſe en humos y en cole ra. Deueſe tambien de aduertir,que tal es la pringue, o gordura en ſu complexion, qual es la carne del animal cuya es,anſi que es proporcionada al animal del qual ſe ſaca. Y porende del animal caliente ſe ſaca la pringue, o enxundia caliente del humido humida, y quanto mas el animal excediere en algũa, o algunas qualidades, tanto ſu enxundia,o pringue ſubira ſobre el temperamento o complexion. Pues luego como lo dize Iſac en ſus vniuerſales dietas,cap.29. La pringue del puerco es mas humida ſin calor manifieſto, q̃ todas las de mas pringues y gorduras, anſi como la enxundia,o pringue del leon es mas caliẽte y menos humida q̃ todas las de mas. Empero la pringue y gordura dela vaca o buey es mediana entre la del puerco y la del leon, y es mas ſeca que la gordura dela cabra y,y la đla cabra es mas ſeca que la del puerco, en fin la dela vaca y cabra es mas grueſſa,y mas de ſuſtan

Iſac. die. par c.29.

cia de tierra que ningunas, y las enxun dias y pringues de los gallos y anades son de mas subtil substancia que otras ningunas, y son de mayor calor y sequedad que las del puerco. Y hablando en general, todas las pringues o enxundias de los animales campesinos son de mayor agudez y calor, y de mas fuerte sequedad que las pringues d̄ los animales domesticos y caseros. Todas las enxundias y pringues d̄ las aues, especial delas que buelan son de mas subtil y delgada substancia que de todas las demas enxū dias. la razon, porque tienen mucho de sustācia de ayre. Toda enxundia o pringue de macho es mas caliēte y seca que la de la hembra en su linage Y porende la pringue y enxundia de la vaca y cabra es de menos agudez y calor que la del buey y cabron. Y ten toda enxundia de animal de leche o de animal q̄ a poco q̄ se desteto es de mucha humedad: empero de calor templado. Toda enxū dia de animal crescido y jouē es mas caliente

liente y seca que el de leche y pequeño. Y ten toda gordura o enxundia de animal viejo es mas caliente que de otra edad y menos humida: y este es el parescer de Galeno en el. 4. de simplicium facultatibus. En conclusion tal sera la pringue qual fuere el animal de donde se saca: de la qual no se deue vsar por via de mantenimiento sino por via de condimento para guisar otras comidas: especialmente se deuen guisar cõ enxundias las carnes frias y secas, pues todas las enxundias y pringues son calientes y humedas: aunque el Galeno en vna parte aya dicho que son frias, y en otra calientes. Todo lo sobredicho dixo Isac en las vniuersales y particulares dietas.

Que carnes se deuẽ guisar con enxũdias.

CAPITVLO

3. de la manteca de vacas, que en latin se dize, Butirũ, y del azeyte de olivas, y de sus propriedades.

EN muchas partes y regiones vſan de la manteca de las vacas en lugar de azeyte, y no ſolamente en eſtos tiempos, pero en los mucho antepaſſados, como leemos en Plutarco en la vida de Iulio Ceſar. El qual como cenaſſe en Milan en caſa de Valerio Leon, le fueró pueſtos vnos eſparragos, ſobre los quales le echaron en lugar de azeyte, mãteca d̃ vacas, y dize que ceno muy a ſu guſto: y reprehendio a ſus caualleros porq̃ tuuieron aquello por coſa atcheroſa. Vſan della muchos de los vulgares, y aun de los principales como por mãjar bueno, y aun le alaban por vn muy buẽ alimento, como no lo ſea. Pues dize el Auic. 2. canõ c. 114. Auicena enel ſegundo canon, cap. 114. que es caliente y humida, y porende calienta y relaxa, y ablanda, y en eſtomagos calientes facilmente ſe haze colera, la cauſa es, porque es coſa vntuoſa y ſutil de naturaleza de ayre, y que facilmẽte ſe inflama, y por eſſo no cõuiene por via de nutrimento, ſino por via de medicina.

cina,pues tomandose con almendras y açucar,vale mucho para ablandar el pecho,y para madurar la tos, y tambien vale para con ella hazer guisados en lugar de azeyte y pringue, y si se guisa el manjar con ella sera muy vtil a los enfermos del pecho:empero es muy daño sa alos que son humides de complexiõ, como lo dixo Rasis enel.22. de su conti nẽte,cap.72.Y por autoridad de Bima sui enel mismo lib.cap.369.El azeyte se gun dize Auerr.enel.5. de su colliget capit.de los huevos,si es nuevo,dulce y de oliua,es de mucho nutrimẽto y es templado,sino que declina vn poco a calor, engorda el higado,y acrescrẽtale su substancia, y porẽde en nuestras tierras no cozemos las carnes sino con el.Empero Auicena en el.2.Canon.cap.929. dixo, que el mejor azeyte era el Omphãcino que es hecho de azeytunas por madurar:del qual dize que es frio y seco en el primer grado Y el azeyte de azeytunas muy maduras en estremo, moderada-

Rasis 22. continet. capitulo. 72.

mente caliente y q̄ declina a humedad, y dixo el Gal. enel. 2. de simp. facultat. q̄ era materia de otras medicinas, y q̄ con las frias enfria, y con las calientes calienta, y que es compuesto de substancia de ayre, y de tierra y de agua. Y assi como las demas cosas vntuosas d̄rrueca el appetito de comer, y d̄bilitale, relaxa y corrōpe los orificios delas vēnas, humedesce el viētre por su vntuosidad y viscosidad: Y el q̄ es Omphancino, o alomenos tiene alguna stypticidad es mejor, y conforta el estomago, y es mejor pa comer que ningun azeyte, como lo dixo Dioscor. Y como lo dixo Auicena enel lugar allegado. Empo el azeyte añejo es mas dañoso, y se conuierte facilmēte en malos humores. En fin todo genero d̄ azeytes es caliente y relaxa y debilita la fuerça delos nieruos, como lo dixo Rasis en el. 3. de Almansor, cap. 23. y enel. 22. de su continēte, cap. 355. deuemos vsar del por via de cōdimento para guisar otras comidas y manjares.

CAPITVLO

4. del vinagre y de sus prouechos y daños.

EL vinagre, segun dixo Rasis por authoridad de Dioscorides enel. 21. de su continente, capitulo. 304. es frio y seco y styptico y vtil para el estomago, y prouoca el appetito, refresca, subtiliza los humores gruessos, desseca el cuerpo, aplaca la sed, resfria y tiempla la colera, y dixo el hijo de Messue, que enfria engrado primero, y desseca en tercero, enmagresce y destruye la virtud, y disminuye el esperma, aunque es frio tiene tambien no poco calor, lo qual se paresce por su Acrimonia y agudez, es dañoso para los melancholicos, y para los nernios. Y porẽde empece al estomago frio, y a la matriz, y a los miembros nerviosos, y su continuo vso daña al higado por loqual causa hidropesia, enfria prestamẽte y penetra todos los miẽbros, haze crecer la melãcholia cõ su ebullicion

y esterneſcencia, empero ayuda a la digeſtion, y muchas vezes dado caliente aprouecha contra las medicinas mortiferas y venenoſas, y vſando del en los manjares aprouecha mucho para en tiẽ po de peſte, como lo dixo Auicen. en la tercera del primero cap. 1. doct. 5. es mas contrario a las mugeres que a los varones. Todo lo dicho es doctrina del Hippocrates y Galeno enel tercero de ratione victus acutorum. Y del Galeno enlo de ſimplicibus. Auerroes enel. 5. del colliget.

CAPITVLO

5. del agraz o de ſu çumo, y de ſus propriedades,

EL Agraz no diſſiere poco del vinagre, aunque parezca que ſon muy ſemejantes, porque enel vinagre jũtamente con la azedia ay vna acrimonia y reſquemazon, lo qual ſe cauſa del calor accidental y no natural, cauſado por ſu putrefa-

trefaction y corrupcion, pues ſe haze dl vino corrupto y putrefacto, y porende el calor que tiene es accidental y no natural. Empero enel agraz no ay calor accidental ni preternatural pues no ſe engendra por corrupcion, ni es ſubtil enſu ſubſtãcia, como el vinagre y ſu frialdad es mas debil, y no ſe mezcla conel calor eſtraño, y poreſſo es mas vtil y juuatiuo que el vinagre, eſpecialmente para los q̃ tienen inflãmacion enel mirrac y vientre, o para los que en tales partes ſiẽten mucho calor y fuego, porque la frialdad del agraz es ſin moleſtia, y no fatigoſa, ni corruptiua, ni enel ay calor mordaz eſtraño como enel vinagre, el qual, como diximos, aunque ſea frio tiene buena parte de calor accidẽtal mordaz. Empero el agraz ni es mordaz ni tã azedo y es ſtyptico y auſtero. Y porende es cõuenible para el fuego y calor adherente del vientre, y no el vinagre. Finalmente como lo dize el Galeno enel. 4. de ſimplicium facultatibus. El cumo dl agraz

enfria cumplidamente, y porende es cõ
uenible con eſtremada ayuda a la infla-
macion y fuego, y por eſſo ſe pone bien
ſobre la boca del eſtomago, y ſobre to-
do el vientre, y ſobre qualquier miem-
bro que tiene neceſsidad de refreſcarſe,
En fin cõcluye que es bueno para infla
maciones para los colericos y ſanguí-
nos, para los calientes de complexion,
deueſe poner ſobre los manjares calien
Auic. 2. canõ. e. de pa lomin. tes en tiẽpo de eſtio, como lo dixo Aui-
cena enel 2. canon, capitulo de los palo
minos, adonde dixo, q̃ ſe deuian comer
calientes con agraz. Lo qual no ſolo en
tendio de los palominos, empero y de
las de mas coſas calientes en demaſia,
y que no ſe deuia echar dela miſma ma
manera ſobre peces, como muchos lo
ſuelen hazer, porq̃ ſon frios por la agua
donde ſe crian, empero que los que qui
ſieſſen echar agraz ſobre los peces y ſo-
bre otros mãjares frios, le deuẽ de echar
deſta manera. Deuen primero cozer el

agraz,

agraz, y no en olla, o vaſo de alambre, o metal, ſino en olla de barro, o de piedra con canela, clauos, pimienta, açafran, y otras eſpecias ſemejantes, las quales domen y tiemplen ſu frialdad. De aqui ſe ſaca por corrolario que el agraz no es tan peligroſo como el vinagre, y porende puede las mugeres y flematicos vſar del con mas ſeguridad que no del vinagre. Dize Dioſcorides, que ſu çumo ſe deue ſacar de vuas por madurar antes que nazca la eſtrella dicha Canicula, y ſe deue poner al ſol en vn vaſo cubierto, y eſte es el agraz mas frio y ſeco y mas eſtiptico. Otros ay que no guardã eſta coſa deſtas ſino que le ſacan de vuas que eſtan medio maduras, y eſte agraz no es de qualidad tan frio, ni tan eſtiptico, y es mas conuenible para los eſtomagos flacos. En fin ſegun de la vua q̃ es, y ſegũ el tiempo en que ſe ſaca, tiene diuerſos effectos, porq̃ aquel agraz

Dioſcorides

es

es mas aprouado que tira vn poco a cetrino y colorado.

CAPITVLO 6

de la miel y su naturaleza, y que complexiones conuéga, y a quien sea dañosa.

LA miel, segun dize Auicēna enel. 2. Canō, cap. 497. no es otra cosa sino vn rosçio occulto que cay sobre las flores y sobre otras yeruas, el qual rosçio cogē las abejas. Empero esto fue tomado del Galeno enel. 3. de alimentis, cap. 38. a donde dize: la miel se engendra sobre las hojas de las plantas, y ni es el çumo dellas, ni el fructo, ni la parte, sino es del mismo genero del rosçio. Empero ni es continua con el, ni copioso como el, es caliente y seca, como lo dixo Auerroes enel. 5. de su colliget. Y como lo dixo Auicen enel lugar allegado, es muy mundificatiua, e incisiua, y haze yr por los poros del cuerpo la copia de los malos hu-

los humores que eſtã encerrados a den
tro, deſpide las çuziedades que eſtan en
las venas. Eſtorua la putrefacion y cor-
rupcion de la carne, la mejor es aquella
que es perfectamente dulce, de buen o-
lor, y que declina a vna Acrimonia y a-
gudez, que pica al guſto, y que tira a ro-
xa, o que es de color de paja, y que ni es
ſubtil ni viſcoſa, y que no ſe corte ſino
que continue ſu hilo quando corre, y es
mejor la del verano, y no tal la del eſtio,
y muy mala la del inuierno. Abre los o-
rificios de las venas, es manjar conueni-
ble para los viejos, para los frios de com-
plexion, para los flacos en los quales cau-
ſa buena ſangre, deſtruye la fiema, y cõ-
ſumela. Empero es dañoſa para los mã-
cebos, para los colericos, para los q̃ pa-
deſcen calentura, para los calientes de
complexion, porque cauſa en ellos incẽ
dio, y hazeſe colera y calenturas agudas
eſpecial en tiempo de eſtio, cauſa vn hu
mor muy amargo, y pareſceſe por expe
riencia: porque ſi la allegan al fuego en
nora

notable eſpacio ſe torna de ſabor amar
go, y ſi eſta cruda ſin deſpumar, cauſa
ventoſidad, y relaxa el vientre, aumẽta
la aſpereza del pecho por ſu acrimonia
prouoca a vomito, como lo dixeron
Auicena, e Iſac en ſus particulares. Em-
pero cozida y deſpumada, tiene mas
acrimonia, y pica mas el guſto que la
cruda; y no cauſa ventoſidad, ni relaxa
el vientre, antes le eſtriñe, eſpecialmen
te a los flematicos, y da mucho nutri-
mento, cozida con ſufficiente copia de
agua, es mas delgada y mas humida, y
no pica el guſto ni es ventoſa ni prouo-
ca a vomito, penetra preſto por los cuer
pos de los que la comen, ablanda la aſ-
pereza del pecho, mueue vrina. Eſto di-
xeron Auicena, Auerroes, Galeno, Iſac
en los lugares allegados, mayormente
Galeno alli, y enel ſegũdo de facul-
tatibus naturalibus, y enel quar
to de ſimplicibus

Cap.

CAPITVLO 7. del açucar y de ſus propriedades.

EL açucar es caliente y humida enel primer grado, y ſegũ algunos humida en medio del primer grado, como lo dixo Auicena enel ſegundo canon, cap. 497. es de menos calor que la miel, y mundifica menos, y no tiene aquella agudez al guſto que la miel, y quãto fuere mas colorada, tanto es mas caliente, y porel contrario, quanto mas blanco, tanto menos es caliente, y eſte es el açucar que ſe dize a par de los medicos, Tabarzet, y eſte açucar es el mas preciado en vniuerſal. Todo açucar es caliẽte en fin del primer grado y humido eñi miſmo, pero el açucar mas añejo es mas ſeco, y quãto mas añejo ſe haze, tãto mas ſe cõſume ſu humidad, y ſe deſeca. Ablãda, es lenitiuo, mundificatiuo, lauatiuo, ſubtiliatiuo, y no es inferior a la miel en alimpiar, y mundificar, y mientras mas ſe añeja, tanto mas ſe ſubtiliza, no cau

Auic. 2 canõ c. 497

no causa sequia como la miel, conuiene al estomago, y alimpiale por la virtud absterssiua que tiene. Empero empece y daña a los que tienen colera en el estomago, porque con sudulçura la irrita. E dixo Rasis en el tercero de Almãsor por authoridad de Bimmasui, que el açucar negro o colorado es caliente y humedo y que el anexo es caliente y seco, y que es bueno para las ventosidades del estomago, y que si se toma con azeyte de almendras es vtil para la colica passion, y para la flema del estomago, y que causa sequia. Pues luego tengase por cõclusion, que los mancebos y jouenes y colericos huyan de açucar bermejo o negro, y de las confituras y conseruas hechas con el. pero vsen de açucar blanco lo mas que se pudiere hallar, y de las cõseruas y confituras hechas cõ el, porque es mas fresco y mejor, si el que huuiere de vsarlo no es frio o flegmatico, como son las mugeres: y en inuierno, y en tierra fria. Y dizen algunos phisicos, que el açu-

que el açucar desopila el higado, como lo dixo Auicena enel segundo canon, cap. 251. Tengase tambien por conclusion, que las conseruas, confituras, composiciones hechas de açucar, mientras fueren de mejor y mas blanco açucar, tanto seran mejores y menos dañosas, aunque las tales composiciones cuestē al doblar que las que se hazen con açucar moreno, o roxo, porque muchos engañan enesto a muchos en buen mercado, como le acōtescio a vn vezino mio muy gran regaton y muy rico, el qual como hiziesse vnas bodas de vna hija suya, fue a Toledo, y hincho vn caxon de todo genero de confituras, porque a su parescer le costaron barato: y como boluiesse a su casa dixo. Ves aqui hija q̄ cosa es comprar bien, y entenderse bien con Toledanos, mira que traygo aqui por obra de sesenta reales, y abriendo el caxon, no hallo de toda la cōfitura sino vna harina molida y desmenuzada sin almirez. Parose el viejo muy auergōca-

Auic. 2. canō c. 251.

do y conoſcido ſu auaricia, ſe empeço a maldezir.

CAPITVLO

8. del arrope que en Latin ſe dize Sapa, y dl vino cozido, que los barberos dizẽ, Rob vini.

AL arrope llamã los barbaros Rob, y los Latinos carenum y Sapa, hazeſe del moſto cozido haſta que ſe haga eſpeſo, porque ay quien diga, que quando el moſto ſe cueze haſta que ſe gaſte la tercera parte, ſe llame Carenum, quã do haſta la mitad, *Rob vini*, en latin, *defrutum, & vinum coctum*, quãdo haſta que ſe haga eſpeſſo, a Sapa, que es el arrope. Finalmente el arrope, es lo que dizen Carenum, e Sapa, como ſe pienſa es caliente y ſeco en ſegundo grado, porque aun que por ſu cozimiento adquiera vn calor accidental, empero reſuelueſe no pequeña porcion del calor natural ſuyo,

es

es de dura digestion, gruesso y ventoso, y si se digere da mucho nutrimento, es vtil a los que tienen passion enel pecho y pulmones, y a los que tienen vlceras, o llagas en los riñones. y vexiga, es mũdificatiuo y consolidatiuo, puesto en emplasto con saluados y sal es mitigatiuo de dolor, y madura las apostemas, vsase muy bien del para dar sabor y dulçor a los de mas manjares echandolo en poca quantidad, y mezclandole con agraz o vinagre, porque se tiemple su calor, y porque tambien el agraz, o vinagre pierdan de su frialdad. Finalmente, deuese vsar por via de condimento para dar sabor a otros manjares, y no por comida, porque como dize el Galeno enel tercero de victu accutorum Hippocrates, daña al higado y baço, ansi por su dulçura, porque todo dulce, opila, como por su gruesso nutrimento. E por ende oppila higado y baço alimentis, es deñoso para las oppilaciones destos miẽbros q̃ prouienẽ đ humores gruesos

Emplasto de arrope para las apostemas.

Galen. 3. uict. accuto.

y porende se deuē guardar del los achacosos de opilaciones, de higado y baço. Todo lo sobredicho dixerō Galeno en lugar allegado, e Isac al fin de sus dietas particulares. Dixe q̄ lo dezia alli el Galeno, porque lo que dize del vino dulce, se entiende con mayor razon del arrope. Pues si como el dize, el vino dulce por ser dulce y de gruessa sustancia opila el higado, mucho mas lo hara el arrope pues es mas gruesso y mas dulce.

CAPITVLO

9. de la sal, de su naturaleza y propriedad para dañar, o aprouechar.

LA sal, segun lo dize el Galeno enel libro de vsu respirationis, capi. vltimo por autoridad de Aristoteles no es otra cosa sino vn cierto genero de tierra encēdida: empero no se halla adō de diga tal el Aristoteles, aunque claramente se saca de su doctrina, enel libro de sen-

de ſenſu, & ſenſibili,y del. 2. de los Meteuros. Tiene primado entre todos los condimentos para dar ſabor a los manjares,ſegun Auicena enel. 2. canon,cap. 619 es caliente y ſeca enel ſegundo grado, y quanto mas es amarga, tanto es mas caliente ſegun Iſac en ſus particulares. Tiene dos propriedades. La vna propriedad es para hazer colar, y para diuidir y cortar:la otra propriedad para vñir y eſtreñir, o apretar, y por eſſo la ſal deſeca haſta en tercero grado, anſi por la propriedad de colar y cortar, como por la de jũtar y apretar. Es de dos maneras. Porque vna es ſal de la mar, o marina,y otra es ſal metallica, que dizẽ ſal pedres,o ſal piedra. Otra añade el Galeno enel quarto de ſimplicium facultatibus,la qual ſe haze en muchos lugares quando las aguas vn poco ſaladas ſe deſecan. Y eſte genero de ſal es el que comunmente ſe haze en ſalinas, que ſon vnas lagunas, en las quales la agua marina ſe deſeca en tiempo de eſtio. Deſta

dize el Galeno, que mundifica mas, y q̃ eſtriñe y aprieta menos. Empero dize, que la ſal pedres que el llama ſal foſsilis, y algunos ſal Metallica que aprieta y condenſa mas, y aun es la mas excellente ſal de todas, eſpecial la que careſce de chinas y es clara y liſa, e ygual, la ſal marina, o de las ſalinas no es tal, empero la que fuere algo roxa es la mejor, porque la blanca muchas vezes ſale amarga, como ſe vee por experiencia, ſino es la que por cozimiento ſe purifica, porq̃ en tal caſo la que ſale mas alba y blanca es la mejor. Finalmẽte en vniuerſal, da a los manjares ſabor y la humidad que halla, la junta y eſtriñe y conſerua, quita el haſtio de los manjares, aguza la gana del comer, deſeca la humidad del cuerpo, preſerua de corrupcion, derrite los humores elados y eſpeſſados, es vtil para el cuerpo flematico: pero quema la ſangre del que mucho la vſa, debilita la viſta, deſminuye la eſperma, engendra comezõ y ſarna, alimpia y aprieta, mez-

cla-

claſe bien en los manjares frios, y mu-
daſeles ſu naturaleza en calientes y ſe-
cos, y porende es buena enlos manja-
res frios y humidos: y porende conuie-
ne en las carnes muy gordas, como lo
dize Iſac en ſus particulares. E dize mas
que la carne muy grueſſa no ſe deue co
mer ſino aſſada y con mucha ſal, y q̄ los
muy gordos y grueſſos manjares y los
deſabridos ſe deuen adobar con mucha
ſal, en eſpecial ſi los que los han de co-
mer fuerē flematicos, o viejos, como lo
dixo el Galeno enel quinto de ſanitate *Gal. 5.*
tuenda. Empero los mancebos, los cole *de ſani.*
ricos, los magros d̄ pocas carnes ſe guar *tuend.*
den como del enemigo del ſuperbo vſo
de la ſal, y de coſas ſaladas, en eſpecial
en tiempo del eſtio. Dixe al principio,
que dezia Galeno enel de vſu reſpiratio
nis, que la ſal era tierra encendida, entiē
deſe eñl libro eſpurio, que a el ſe le attri
buyo, porque enel libro ligitimo ſuyo
de vſu reſpirationis, no trata della.

CAPITVLO

20. del anis, y del eneldo, y de sus propriedades por via de condimento para guisar mãjares.

Gal. 6. de sim. GAleno enel. 6. de simplicium facultatibus dixo. El anis en su agudez, o acrimonia, es cercano à las medicinas que resqueman, o aduren, y es en tercero grado de sequedad, y dela misma manera en calor. E porende como el dize, *Auic. 2. canõ cap. 1.* prouoca a vrina, aunque Auicena enel segundo canon, capit. 1. de su segundo tratado dixo, que era caliente en segundo grado, y seco en tercero, es abridor con estipticidad, y aplaca el dolor; resuelue ventosidades. Prouoca y aumenta la leche, quita la sequia de los hidropicos, como dixo Auicena enel lugar allegado, y Rasis por autoridad de Dioscorides enel. 21. de su continente, cap. 130. *Rasi. 2. cont. c. 130.* Es vtil a las opilaciones del baço y higado, mũdifica, y alimpia la madre de sus super-

ſuperfluydades blancas, irrita a luxuria, alança a fuera la pōçoña beuida. En fin es de ſuſtancia de fuego, la qual predomina ſobre ello, y pareſceſe por la agudez de ſu guſto y ſu poquito đ dulçura, prouoca a vrina y a ſudor. El eneldo es de ſu complexion caliente entre el ſegūdo y tercero grado, y ſeco entre el primero y ſegundo, es maturatiuo de humores frios, aplaca el dolor, es reſolutiuo de ventoſidades, prouoca ſueño, y ſi ſe come cōtinuo, enflaqueſce la viſta, haze abundar la leche, ſi ſe come enel caldo ablanda el vientre, es dañoſo para el eſtomago, cauſa vomitos y aſcos (como lo dixeron Galeno enel. 6. de ſimpliciū virtutibus, Iſac en ſus particulares) y porende no es bueno para adereçar los otros mājares, ſino q̄ es puro medicinal

CAPITVLO

11. del culantro, y de ſu naturaleza y propriedad para condimentos, o guiſados.

En el septimo libro de simplicium facultatibus reprehende el Galeno a Dioscorides, porque dixo, que siendo el culantro frio resoluie los lamparones, porque dize que es impossible, que con su frialdad ensuelua y consuma los lamparones, pues no ay cosa fria que esto pueda hazer, empero si el mirara y considerara lo que el mismo dixo del culantro enel mismo capit. por ventura se detuuiera en reprehenderlo: porque segun el mismo lo dixo, el culantro es cõpuesto de contrarias virtudes, porque tiene sustãcia de fuego, lo qual se paresce por su amargor y sustancia de tierra: lo qual se paresce por su estipticidad, o estreñimiẽto, y no tiene poca sustãcia de agua, por lo qual causa algun estupor, o adormescimiento. Ansi que siendo esto verdad, como el Galeno lo dize, possible sera que segun la sustancia sutil, profunda y penetrãte, resuelua los lãparones, y no segũ la sustãcia fria de tierra y de agua. No se pudo detener el hõbre amigo de repre-

reprehẽder de morder a otro. Dixo tã-
bien q̃ era caliente apredominio: y pro-
uolo, porq̃ dixo que era amargo, como
aya cosas algunas frias: empero amar-
gas, como es la achicoria, la rosa, y final
mente el apio, e porende no solo fue cõ-
tra Dioscorides, empero casi contra toda
la caterua de los medicos, pues tambiẽ
lo dixo Rasis enel. 3. de Almans. c. 19. a- *Ras. 3. ad Al manso. c. 19.*
dõde dixo, el culãtro verde es frio, y no
se deue comer del mucho, a caso acarrea
ra muerte. Tomado en poca quãtidad,
haze el effecto de la lechuga, y no hume
desce. De dõde se saca q̃ es frio y seco, tã
biẽ se saca esto del Paulo Aegineta enel *Paulo. lib. 5.*
5. de su lib. Pues dize q̃ causa rõquedad,
y perturba el sentido semejantemẽte q̃
se pturba a los borrachos, y porẽde mã-
do dar cõtra el, vino purocõ axẽxos. De
sto se saca claramẽte de su paresçer q̃ es
frio. Empero Auerroes enel. 5. del colli- *Auer. 5. colli.*
get dixo que era caliente en primer gra
do, y Auicena enel. 2. canon. cap. 144.
Dize, el culantro segun algunos es frio
en fin del primer grado, y secoenel se-

gundo: Empero a mi pareſcer es ſeco y declina vn poco a calor, enlo qual quiſo excuſar al Galeno. Finalmẽte tiene eſtipticidad y eſtupor, q̃ es adormeſcimiento, y tiene propriedad de detener los vapores no ſuban a la cabeça, y porẽde ſe pone en los manjares de los epilenticos quiero dezir, de los que padeſcen gota coral, por humos, e vapores que ſubẽ a la cabeça, es vtil para la pertubaciõ del celebro, o eſcotomia cauſada por los humos colericos que ſuben del eſtomago, ſu continuo vſo cauſa obſcuridad en la viſta, es conuenible al temblor del coraçon de cauſa caliente, es tardo de digeſtion, empero conforta el eſtomago caliente, aplaca la azedia que ſe haze deſpues del manjar, y ſu ſimiẽte ſeca, doma el appetito dela luxuria, y la erection de verga, deſeca la eſperma, ſegun Dioſcorides, cõ harina de hauas deshaze los lãparones. Todo lo dicho dize Auicen. en el lugar allegado, e Iſac dixo en ſus particulares dietas, q̃ cõcilia ſueño deſpues de comer. Cap.

Eſcotomia es perturbacion del ſentido, q̃ pareſce andara la redõda.

CAPITVLO 12. de la canela y de su naturaleza y propriedad para vsar della en guisados.

LA canela, que se dize comunmente cinamomum, tiene sustancia subtil y delgada de naturaleza de fuego, de la qual procede aquel aromatico olor que tiene, es tãbien d' sustãcia alguna de tierra, dela qual procede aquella estipticidad que tiene, y no caresce de sustãcia y naturaleza de ayre: lo qual se paresce por su leuedad. Y segun Paulo en su septimo libro, es de vltima y perfecta sutileza, y delicadez en su sustãcia, pero no es vltimadamente caliente, sino hasta en tercero grado, y no ay medicina ni droga que caliente y deseque con tanta delicadez y sutileza de sustancia como ella. Lo mismo dixo el Galeno enel. 7. de simpl. facultati. En fin ella es vna de las medicinas en las quales se hallã olor aromatico, estipticidad, acrimonia, y

tiene

Auic. 2. can. 6. 128.

tiene tan noble complexion que fortifica todos los miembros, segun Auicena enel segundo canon, cap. 128. su calor es puro y sin mezcla, y allega al tercero grado. Y ni mas ni menos su sequedad es aperitiua, attractiua, corrige toda corrupcion y podredumbre y materias sanio sas de los humores, es sutil a la escuridad de los ojos, ansi comida como puesta por collirio, conuiene para la tosse, a limpia el pecho, abre las opilaciones del higado, cõfortale, y ni mas ni menos al estomago, y deseca su humidad, es conuenible a las mordeduras de los animales ponçoñosos, prouoca vrina, ayuda a a la digestion, alança la ventosidad, añade esperma, aguza la vista delos ojos si estã escurescidos por algũas humidades, deseca la humidad del estomago y cabeça, y porẽde deuemos vsar dlla para guisar los manjares, especialmente si son frios y humidos superfluamẽte, y si son dañosos para el estomago y cabeça, por que sera muy buen correctiuo para les quitar esta malicia. Todo esto dixo Aui

cena enel lugar allegado.

CAPITVLO

13. del açafran, y de ſus propriedades y naturaleza.

EL açafrã ſegũ eſcriue Paulo Aegineta en ſu lib.7.es caliẽte en.2. grado, y ſeco eñl primero. Lo miſmo dixeron Auerroes y Auicena, y ſegũ Gal. ſu calor es mayor q̃ ſu eſtipticidad, o auſteridad, tiene vna propriedad q̃ no haze eñl humor alteracio, ãtes le cõſerua en ſu qualidad, corrige lo corrupto, cõſerua las entrañas, o miẽbros interiores, cauſa buen color, alegra el coraçõ. Pero cauſa dolor de cabeça, prouoca a ſueño, eſcurece los ſẽtidos, cauſa alegria, aunq̃ mueue aſcos porq̃ es cõtraria a la acetoſidad q̃ haze apetito al eſtomago: po cõforta el higado y eſtomago porq̃ es eſtiptico y es bueno para el baço, irrita a luxuria, mueue vrina, y beuido cõ vino cozido quita la borrachez, como lo dixo Raſ. por autoridad de Dioſco. enel.22. de ſu continente, cap.354. En fin como lo dixo Galen.

enel açafran ay eſtipticidad por la parte de tierra que tiene, y como juntamente caliente, ayuda a digerir, y eſtriñe, quita la facultad de la reſpiracion, y es malo para el celebro, y tiene propriedad, para que ſe apreſſure el parto en tãto grado, que dixo Conſtantino que el lo auia experimentado muchas vezes en mugeres de parto, y que luego en dandoſelo en quantidad de dos dracmas, hazie venir la cria en la miſma hora, En concluſion no ſe deue vſar del para guiſar los manjares ſino en poca quãtidad, porque quita la gana del comer, como lo dixo Raſis por autoridad de Bimſaui enel lugar allegado, y como lo dixo Alcanzi. Haze daño a la cabeça, como lo dixo Galeno enel ſegundo de cõ poſitione ſecũdum loca: y daña la viſta. En eſpecial haze daño a los coſericos, a los exercitados, a los trabajadores, y mas en tierra caliente enel eſtio, porque enciende mucho. Deueſe aduertir, q̃ aunq̃ es verdad, q̃ vſando del en mucha quãtidad

Gal. 2. de cõp. loca.

pad, causa ascos, y quita el apperito, Pero en poca quãtidad con otras especias aromaticas, antes mueue gana de comer, como se vee por experiencia en los guisados.

CAPITVLO

14. De los Clauos, y Galãga, y cominos, alcaraueas, en quanto toca a guisar las comidas con ellos para q̃ no hagan daño.

ALgunos vsan del comino en sus guisados, y les haze buen estomago, es caliente y seco en tercero grado, y tiene estipticidad, como lo dize Dioscorides en su libro tercero en su proprio capitulo, adonde dize: que el comino molido y amassado con harina de habas, y con passas, es bueno para la hinchazon de los compañones: dize que muda el color del cuerpo y le torna amarillo, aplicado con vinagre, detiene el demasiado fluxo de sangre, no es bueno para guisa-

Comino.

Dios. lib. 3.

dos, aunque muchos de los vulgares le vſan, porque para delicados eſtomagos es de horrible guſto, e ſabor, y porende los nobles, nunca vſan del, ſino los labradores y ruſticos, del qual y los ajos hazen vna ſalſa llamada ajocomino, muy dañoſa para la cabeça y higado, y riñones, eſpecial ſi los que la vſan ſon colericos, y calientes, quema la ſangre enciẽde la colera, empero aprouecha ſi ſe come maxcado con vnos tragos de vino puro, deſpues de auer comido duraznos o melocotones, o priſcos, o melones. Y eſto ſe ha de entender en eſtomagos frios y flematicos. La alcaraueа es caliẽte y ſeca eñl miſmo grado, pero es muy mas grata al guſto y eſtomago, y mezclaſe enlos mãjares, como lo dixo Dioſcorides enel lib. allegado, cap. proprio. Reſuelue ventoſidades, ayuda a la digeſtiõ. En fin tiene las propriedades delos cominos, ſino q̃ es mas agradable al paladar. Llamãla en Latin Carui. Los gariofilos q̃ llamamos clauos, ſon caliẽtes.

Dioſc.

y ſe-

y secos en segũdo grado, y allegã a calẽtar en tercero, como lo dixo Auer. enel 5. de su colligit. c. de marinis. cõforta los miẽbros principales, valẽ cõtra passiones frias, aprietã el viẽtre, cõforta la virtud digestiua, como lo dize el Gale. Y nĩ mas ni menos el esfomago y higado, y dã buẽ olor, son vtiles para el vomito y ascos, como lo dixo Auic. en su 2. canõ cap. 318. Son vtiles para guisar mãjares frios y humidos, porq̃ les dã buen olor, pero deuẽse echar en poca cãtidad, porq̃ en mucha hazẽ amargar, causan demasiado calor, deuẽse dar a los frios y flematicos en inuierno. Tãbiẽ entre señores vsan guisar mãjares cõ vna rayz llamada Galãga, la qual es tã gruessa como canela, y su corteza es colorada, y de dẽtro poluorosa, tmese de Scitia, es caliẽte y seca en segũdo, segũ Auice. enel 2. can. c. 321. y segũ Isac, caliente y seca en grado tercero, es de sustãcia subtil resolutiua d vẽtosidades, da buẽ olor enla boca, conuiene el dolor dlos riñones ẽgẽdra lpe-

Auer. 5. coll.

Gal.

Auic. 2. canõ c. 318.

Galãga

Auic.

ma poderoſamente, y teniendoſe della vn pedaço enla boca, cauſa erection en la verga. E dixo Aben Meſue q̃ conuiene para la ſuſtancia del eſtomago, conforta le, ayuda a la digeſtion, conuiene a los flematicos, a las humidades del eſtomago, alas azedias y regueldos azedos, a la retencion de la vrina, como lo dixo Raſis enel quarto de ſus aphoriſmos. Pues luego deue ſu poluo echarſe enlos guiſados de los manjares frios, como lo diximos d̃ los clauos, ſino vuiere temor del eſtimulo de la luxuria.

Meſue

Raſ. 4. aphor.

CAPITVLO

15. de la nuez moxcada, pimienta, agengibre, y de ſus propriedades para guiſar.

nuez moſcada Auic.

LA nuez moxcada, como lo dize Auicena enel ſegundo canon, cap. 503. es calida y ſeca en fin del ſegũdo grado, tiene eſtipticidad, conforta el eſtomago y higado y baço, al qual adelgaza, pro-

uoca

uoca vrina,es buena y vtil para los flematicos y melãcholicos, esfuerça la boca del estomago,causa buen olor de boca, detiene el vomito, aprieta y estriñe el viẽtre. La mejor es la colorada, gruessa,pesada:la peor es la negra, liuiana, seca, ablanda la apostema dura del higado. Aben Mesue dixo,que era caliente y seca en tercero grado: y que es buena para el estomago y higado frios: empero no para los colericos y calientes: los quales se guarden del frequente vso della porque causara inflamacion enel higado y baço,y causara itericia. De la pimienta dizen algunos, que como sea de tres especies, luenga, blanca, negra. La luenga es el razimillo donde esta la pimienta,que por aca se vsa: el qual si se coge antes que los granos maduren y se hagan grandes, es la pimienta luenga,y esta es caliente y humida, porque es la verde quando empieça a nascer el fruto:empero ya quando el grano se haze grãde,pero no esta maduro sino por

Mesue

madurar. Se dize la pimienta blãca, por que es deste color hasta q̃ madure. Empero, quãdo esta ya madura; entõces es negra, y dizese pimienta negra, y esta es la vsual q̃ tenemos. Deste perescer fue Auerroes enel. 5. de su colliget, e Auice. por autoridad de Galeno enel segundo canon. cap. 553. En general la pimienta es caliente y seca en medio del quarto grado, como lo dize aqui Auicena, y no ay cosa que se le yguale en calentar los neruios y musculos, mueue appetito, y ayuda al dolor del viẽtre, y a la ventosidad. Empero la pimienta blãca es mas cõuenible al estomago y le conforta cõ mas fortaleza. La pimẽta luenga haze descendir presto el manjar al lugar dela digestiõ, y deseca cõ lenidad, cõsume la esperma: y assi la blãca como la luenga aumẽtan el desseo de la luxuria, porque tienen cierta humidad superflua. Fin almẽte la pimienta vale para la tosse antigua de humores gruessos, alimpia el pecho y estomago, y pulmones de flemas

Auer. 5. colli. Auic. 2. canõ c. 553.

puchos lo fructos

grues-

gruessas, prouoca a vrina, y fue sentẽcia de Rasis enel lib. 4. de sus aphoris. Que ansi como la pimienta haze vrinar, assi el agẽgibre mueue a camara. Pero segũ el Gale. enel lib. de sanitate tuen. La pimienta blanca es mas confortatiua del estomago q̃ la negra. Finalmente ayuda a digerir la comida, alimpia, atray, deseca, y es dañosa para personas caliẽtes, y colericas. Y affirmo Rasis enel. 22. de su continente. c. 577. q̃ la pimienta luenga era caliente y humida, deuese entender de vna humidad accidẽtal que tiene de ser cogida verde antes que crescа. Tengase pues por conclusion, que en tiempo de inuierno en personas frias, y echada en mãjares frios y humidos, es muy conuenible para guisados, salsas: especialmente conuiene a hombres gordos y flematicos, holgaçanes que estan llenos de humores gruessos viscosos y frios, causados por razon de indigestiõ. El agengibre que en Latin se llama Zinziber: es semejãte en su operacion.

Rasis. 4. Apho.

Galen. libr. 4. de sani. tuend.

Rasis. 22. con. c. 577

Agengibre

a la pimienta, anſi en no obrar ſino permutandoſe y actuãdoſe por el calor de nueſtro cuerpo, como por ayudar tambien a la digeſtion y calentar, y ponerſe en los guiſados frios y humidos. Empero como lo dize Auerroes enel quinto de ſu colliget no calienta tan preſtamẽte como la pimiẽta: porque aunque ſea caliente en tercero grado, tiene mucha eſtipticidad y humidad, y potende muchas vezes ſe carcome y pudre, la qual humidad aunque al ſentido no parezca, empero eſta enel occultamente: porque claramente tiene ſequedad y calor en tercero grado, como lo dixo Iſac en ſus particulares, ſegun Auicena enel ſegundo canon, cap. d. 240. Es caliente en fin del tercero y ſeco enel ſegundo. Y dize que por la humidad que alcança es mas durable ſu calor que no el de la pimiẽta: Es lenitiuo de la naturaleza y reſolutiuo de ventoſidad, es vtil a la frialdad del eſtomago y higado. Eſpecialmente ſi eſta rehumedeſcido de comer frutas humi-

Auer. 5. colli.

Auic. 2. canõ cap. d. 240.

frutas

humidas y verdes, como de melones, pepinos, duraznos: irrita a luxuria, humedesce el vientre, ayuda a la digestiõ, y regala al cuerpo. Echado en guisados vale a la escuridad de los ojos: es vtil a las opilaciones del higado que vienen por frialdad y humidad. Empero adereçado cõ miel pierde su humidad y es caliente y seco: solamente porque la miel le quita su humidad: y ansi prouoca mas a luxuria, acrescièra el calor del estomago, cõuiene para viejos y flematicos vsãdo dellen manjares: y conuiene para las azedias del estomago, y para su ruyn digestiõn y mollificacion, como lo dize Mesue en su quarta distinctiõ, haze presto passar el manjar al higado y cuerpo: y paresce q̃ su poluo es conuenible para los guisados de cosas frias y gruessas. *Mesue 4. dist.*

CAPITVLO 16.

que trata del sabor y qualidad de los manjares, y quantas vezes se ha de comer en el dia.

EN los manjares se deuen considerar tres cosas, sustancia, qualidad, quãtidad, en quanto toca a la sustancia se considera tambien en tres maneras, porq̃ o son gruessos, o subtiles, o medianos los gruessos cõuiene alos exercitados y hombres robustos e de complexion calida, dañan alos holgados e regalados, a los frios e poco calidos, tales manjares son las carnes delas vacas, cabras, liebres puercos, entre peces, atun, sabalo, congrio, en las semillas, lentejas, vellotas castañas, habas, hõgos o setas, huevos duros, o fritos, pan medio cozido o recozido, dátiles, todo genero de sesos, leche recozida, queso añejo, higado de carnero o cabrõ: todos estos alimẽtos son de grueso mantenimiento, los quales en hombres holgados y flacos, causan opilaciones, humores gruessos, destruyen la sanidad, Empero enlos robustos y exercitados, augmẽtã la fuerça, dã mucho alimẽto, especialmẽte en yuierno, porq̃ se recoge el calor adentro, empero los alimentos

menos ſubtiles cauſan locõtrario, porq̃ conſeruã la ſanidad, empero mantienẽ poco, dan poca fuerça, tales ſon, pollos, peſces pequeños, huenos blãdos, lechu gas, manos de cabrito. Los mejores mã tenimientos de todos, ſon los medianos entre los gruеſſos, y los ſubtiles: quales ſon gallinas, fayſanes, capones, perdizes pichones, tortolas, çorzales, cabritos, mierlas, peces de entre piedras, como ſon, truchas, reos, bermejuelas, pan bien ſazonado, higados de anſarones, e de po llos, vuas e higos biẽ maduros, entre las ortalizas, eſparragos, eſcarolas, todo ge nero de vino clarete y no muy añejo, to das eſtas coſas ſon de ſuſtãcia mediana, y engẽdran buena ſangre y buen nutri mento, En concluſion, los mantenimiẽ tos ſubtiles ſon conuenibles a los flacos a las mugeres delicadas, a los holgados y dañoſos, a los trabajadores, a los exer citados, a los robuſtos y varoniles, los medianos ſon conuenibles a los muy templados, a los que ſe exercitan por

Galen. libr. de solutio. Isac di. uni. c. 8. Halia. 5. theo. c. 14. Auic. 3. p. do. 2. c. 7.

su passatiempo, y no se fatigan. Esto dixo el Galeno enel libro de solutione cõtinua, enel de bono, & malo succo, Isaac en los vniuersales, cap. 8. Haliabbas en quinto de su theorica, cap. 14. Auicena en la tercera del primero, doct. 2. cap. 7. En quãto a la qualidad que huygamos de los mantenimientos calidos, especial en estio, en complexion caliente en tierra caliente, pero no en inuierno en complexion fria, en tierra fria. Tambiẽ nos emos de guardar de comer las viandas muy calidas reziẽ sacadas del fuego, empero no emos de entender que se coman tibias sino calidas, y no excessiuamente: porque los alimẽtos tibios mollifican y relaxan el estomago, como lo dixeron Galeno enel. 2. ad glauconem. Auicen. 1. 4. cap. 26. Ni tampoco se deuen dar frios, porque la frialdad es muy contraria a nuestra naturaleza, como lo dixo el Galen, e Hippocrates en el quinto de sus aphorismos. E Isac en sus vniuersales dietas. cap. 5. ni deuen ser muy humi-

Gal. 2. ad gla. Auic. 1. 4. c. 26. Hip. 5 aphor. Isac. di uniu.

humidos ſino templadamẽte, ſino fueſſe en naturalezas muy ſecas, ni deuẽ ſer muy ſecos, porque como dize Iſac en el lugar allegado. Los alimẽtos ſecos ſon muy malos porque juntamente con ſer duras de digeſtion, hazen mantenimiẽto ſeco, porque como dize el Galeno en el.5.de ſimplicibus. Todas las coſas ſecas conſumen la humidad de la ſangre y la engrueſſan: En fin conuienen ſolamẽte por via de medicina para los que ſon ſuperfluamẽte humidos, porlo qual el alimento frio ſe deue corregir con el caliente, y el humido con el ſeco, y por el contrario al reues, porque los alimentos deſtemplados ſino ſe corrigen cauſan enfermedad y acaban. Y porẽde dixo Auicena.3.part.doct.2 cap.7. *Frigidũ nutriens ſicut cucumer, &c.* El mantenimiẽto frio, como es el cohõbro y calabaça, tiemplaſe con ſu contrario como con ajos y puerros. Y dixo mas abaxo, a quiẽ dañan las coſas dulces beua coſas azedas, y al contrario: y por eſſo dixo enlos cantidades

Gal.5. de ſim.

Auic. 3.part. doct.2 c.7.

Auic. p.2.cã te.tex. 19.

canticos, par. 2. tex. 19. Los manjares se deuen mezclar los humidos con los secos, los dulces cõ estipticos, o cõ los azedos, y si por caso fuere alguna cosa sebosa y grueſſa, mezclaſe con ella sal, o pimiẽta, o especias, porque se subtilize su groſſeza. Y por esso dixo Isac en sus vniuersa. cap. 14. La carne que de su cõplexion fuere calida, comaſe con çumo de naranjas y limones, y con agraz, si fuere seca comaſe con vinagre mezclado con çumo de calabaças, o lechugas. Finalmente el melancholico, vſe de cosas calidas y humidas el colerico, de cosas frias y humidas, el flematico de cosas calientes y secas, el sanguino de templadas, segun el exceſſo de la complexion de cada vno, como lo dixo el Galen. 2. de sanitate. En quanto toca a la quãtidad, digamos con el eccleſiaſtico. *PROPTER crapulam multi obierunt qui autem abstinens est adijciet vitã*, Por la mucha repleçion muchos murieron, pero el templado y abstinẽte añadira dias de vida. Lo miſ-

Isac die par c. 14.

mo

mo dixo Auicena.3.part.doct.2. cap.7. & Galen.enel.2. Aphorism. *Redundãtias morbus sequitur.* De las redundancias se sigue la enfermedad. Finalmente, como lo dixo Galen.enel de solut.cõtinua. Deuese obseruar moderaciõ en los manjares, đ suerte q̃ se haga medida cõ la virtud digestiua. Porq̃ aunq̃ el mãjar sea bueno en si y cõuenible al cuerpo, empero por su copia đbilita la digestiua, y el estomago, y por esso engẽdrarse ha đ mal mãtenimiẽto, causa de varios males, porque ansi como cõ el mucho azeyte se mata la llama, ansi con la replecion se ahoga el calor natural. Empero como lo dize el Galeno. 2. de aliment. facultatibus. La quantidad medida y cõsiderada que a cada vno cõuiene, ni se puede dezir cõ lengua, ni escreuir cõ pluma, sino por sola experiẽcia. La señal q̃ el mãjar recebido enel estomago, es commensurado y proporcionado con su virtud digestiua, es como dize Auicena prima parte, doctri.2.capit.7. q̃ el tal manjar no cause

pesadũ.

pesadumbre, ni nade, ni mueua ascos, ni cause appetito canino, ni pereza, ni poco sueño, ni que aya regueldos con los quales se sienta su sabor, qualquiera accidente que destos aya, es señal que el mantenimiento no ha sido proporcionado con la virtud digestiua. Empero el Galeno en el lib. 1. ad Glau. dixo que era muy difficultoso y quasi imposible, q̃ el manjar nunca haga pesadũbre y grauedad en el estomago rezio. Empero vengãmos a dezir de las vezes que se deue comer al dia: y dezimos segũ toda la caterua delos medicos, que en esto se deue obseruar la costumbre que cada vno ha tenido. Porque como dize Hippo. en el libro de victu accutorũ. com. 2. los que acostumbraro a comer dos vezes al dia estos tales sino vnieren comido a su hora, se han mal, pueden poco, y está timidos, quiere dezir, que aborrescen hazer, lo que suelen y está perezosos para qualquiera obra tornanse cardiacos, quiere dezir segun Galeno en el Com. que sien-

Gal. 1. ad gla.

Hipp. libr. de victu. accuto.

Galen. in. cõ.

ten

ten vaſcas en la boca del eſtomago, y la razon porque ſube luego mucha colera a ella. Finalmente las hezes del vientre ſe les ſecan y aſſan por el mucho calor, y el cuerpo ſe les ſeca y enciende, y a algunos les amarga la boca, los ojos ſe les ſumē y las ſienes les pulſan las extremidades ſe les enfriā: porque el calor ſe ſube al eſtomago. Todos eſtos inconuenientes pone Hipocrates y Galeno en los que no comen a ſu hora: entiendeſe quando ſe eſtan por comer haſta muy tarde. Con todo eſſo Auerroes en el quinto de ſu colliget dize. Que a los templados y bien acompliſsionados cō uiene comer en dos dias tres vezes. Lo miſmo dixo Auicena en la 2. par. delos canticos com. 12. diziendo: *Ex vicibus ſatietatis comeſtionis eſt, vt homo vnā die ſemel & alterā bis, mane ſcilicet et veſpere comedat.* Quiſo dezir, las vezes de la comida que ſatisfaze, ſon comer vn dia vna vez, y otro dia dos. La razon que da Auerroes es, porque la digeſtion tercera no ſe aca

Hipoc.

Auer. 5. coll.

Auic. 2. p. cā. com. 12

ba ſino en diez y ocho oras y eſta claro
q̃ la manera mas ſaludable de dar a co-
mer es quando ya eſta acabada perfeta-
mente la digeſtion del manjar que pri-
mero ſe comio, pero al fin todos conuie
nen en que ſe guarde la coſtumbre, por
que ſi alguno por el contrario, teniendo
coſtumbre de comer vna vez al dia co-
miere dos, le vernan tambien muchos
daños, porque le ſobreuerna canſancio
o laſsitud, pereza, peſadumbre, flaqueza
por cauſa que el eſtomago trabajara
mas que ſuele. Empero el que tiene de-
bil la digeſtiua, o fuere viejo, deue co-
mer dos vezes, o tres al dia: y pocas ve-
zes le acaezca comer vna vez ſola, co-
mo lo dixo el Galeno, quinto de ſanita-
te, en la hiſtoria de Antiocho medico.

CAPITVLO

17. que alimentos ſe deuã comer prime
ro, y quales a la poſtre de la meſa,
y como la diuerſidad delos mã
jares hagan daño.

Como

COMO dize Boccio. *Diuersa cibaria Boccio non nutrient.* Quiso dezir: que diuersos manjares no mantienen. La causa es porque no solamente no se digeren enel estomago. Empero en muchos se corrompen y se suelen conuertir en malos y perniciosos humores, y la corrucion de los humores es origen y madre de enfermedades y males largos, como lo dixo muy bien Auicena en la primera, quarta, del tercero tractado, capitulo segundo. Lo qual considero el Sapientissimo Rey. Pues dixo enel fin del capitulo veynte y siete de su ecclesiastico. ¶ Nolli auidus esse in omni epulatione & non te effundas super omnem escam, in multis enim escis est infirmitas. Quiso dezir. No quieras ser cobdicioso en toda comida, y no te derrames sobre todo manjar, porque en los muchos mãjares esta la enfermedad, y por esso dixo Oratio.

Nempe

Nempe immacreſcunt epulæ ſine fine petitæ.

Y por la miſma razõ exclama Lucano enel 4. de ſu Farſalia diziendo.

O prodiga rerum
Luxuries paruo nunquam gaudere paratu
Et quæſitorum terra pelagoque ciborum
Ambitioſa fames & lautæ gloria menſæ
Diſcite quam paruo liceat producere vitam
Et quantum natura petat.

O prodigalidad de las coſas nunca gozarſe ni contentarſe de poco apparato, o hambre llena de ambicion y gloria d eſplandida meſa. Deprended con quan poco ſea licito alargar la vida, y quãto demande la naturaleza: y por eſſo dixo el Galeno enel com. 3. de victu accutorum. Que la diuerſidad de las coſas que ſe comen, eſpecialmente quando las tales coſas no ſon ſemejantes en ſus virtudes, cauſa deſaſoſsiego enel eſtomago. Y Raſis enel. 25. de ſu continente dixo. El tiempo de la comida no deue ſer largo y tardo, multiplicandoſe maneras de manjares enel, como el primer manjar

Galen. com. 3. victus accuto.

Raſ. 25 contin.

ſea en ſu digeſtion diuerſo del q̃ ſe dio al fin, porque quando el vno ſe empieça a digerir, el otro que viene diſpues no ha empeçado a digerirſe, y anſi ſe impiden y eſtoruan el vno al otro, y ſe mezcla lo indigeſto y crudo con lo digeſto y cozido. Pues luego los manjares ſean ſimples y pocos, y no diuerſos de diuerſas naturalezas, porque ſe puedan digerir y no ſe eſtorue el vno al otro, como ſe haze en los vanquetes de los ſeñores en los quales ay diuerſos manjares y muy diuerſos guiſados de animales differentes, y diuerſamente aparejados: y deſpues mezclan peſces y coſas de leche y fruras, y deſpues mezclan conſeruas para ſu preſta y veloz corrupcion y muerte. Pero porque los ſeñores y grandes por ningunas perſuaſiones quieren dexar la diuerſidad de los manjares, anſi porque les pareſcerie que perderian ſu nobleza y riqueza, como por la frequencia de los hueſpedes que vienen a ſus caſas. Por eſſo ſera bien enſeñarlos co-

mo deuan comer tales diuersos manja
res con menor daño: y esto se hara si
guardaren orden en comerlos, porque
aunque es verdad que el orden no quí-
te los daños de la tal diuersidad, ayuda
empero mucho para que no dañen tan
to: pues luego sea regla general que los
alimentos de mas facil digestion, y mas
humidos, y mas leues se tomen y comã
al principio, y despues los mas gruessos
y mas tardos y difficiles de digerir, por-
que desta manera el manjar que fue-
re liuiano, y facil, se digerira mas presto
y no sera detenido, mas antes hara ca-
mino para que el mas grueſſo passe al
lugar de la digestion. Empero, si por el
contrario primero se coma el alimento
gruesso, y de difficil digestion, Estoruar-
se ha el descenso del mas subtil y facil,
y lubrico, el qual nadara sobre el grues-
so y tardo, y escalentarse ha con el ca-
lor del gruesso, y porende se corrom-
pera y conuertira en humos y colera, y
dañara al otro alimento mas gruesso, y
cau-

causarse ha azedia y regueldos y vomitos. Empero no obstãte todo esto, que es sentencia de todos, sacase de la doctrina del Galeno enel libro de solutione continua, que quando en vna comida aya manjares de presta digestion, y otras de tarda, que primero se coman los de tarda digestion, que los de facil. La causa es, porque tomandose ansi, los gruessos y tardos iran primero al fondõ del estomago, que es mas calido, por ser mas carnosos, y alli se digeriran bien. Pero los manjares mas faciles y leues estaran mas arriba en la boca del estomago, que es mas fria por ser mas neruiosa, y como sean faciles con poco calor se digeriran. Ansi lo quiso Auice. en la tercera del primero, adonde quiso que el manjar liuiano no se tomasse antes que al gruesso, porq̃ no lleue indigesto al gruesso alos intestinos. Pero respondese a esto, q̃ quãdo se dize q̃ el mãjar mas facil se tome primero q̃ el mas difficil deuese entẽder quã-

Galen. libr. de solutio. cont.

Auic. 3. prim doct. 2 c. 6.

do entre el facil y el difficil, no ay proporcion como es entre la carne y el que ſo añejo, porq̃ como el queſo ſea muy mas difficil de digeſtiõ que la carne, haſe de comer a la poſtre. Otra coſa ſeria ſi hizieſſemos comparacion entre las coſas que tienen proporcion en ſuſtancia como entre el tocino y el carnero, porque por la razõ dicha: primero ſe come ra la ternera que el cabrito, y primero el tocino que el carnero: anſi ſe entendera Auicena quando en la terçera del primero. doctri. 2. cap. 6. dixo: Sanitatis conſeruator non primo comedere debet cibum labilem ita vt poſt ipſum, cibum fortem & durum ſumat, quoniam cũ ipſo ſubtili labetur groſſum nõ tam integre digeſtum quãtum debebat. De aqui ſe ſaca, que porque ſera muy difficultoſo conoſcer la differencia puntual que ay entre el grueſſo y el ſutil ſera mejor que no ſe pongan en vna meſa, y en eſto concordaron Galeno, e Iſac en ſus dietas.

Auic. 3. 1. do. 2. c. 6.

Gal. Iſac.

Libro

LIBRO

quinto, que trata como sea necessario el beuer, de los generos de los vinos y aguas, y otras beuidas.

CAPITVLO primero, del beuer, y como sea necessario.

COMO el manjar sea de suyo gruesso, y porende tardo, para poder passar por las venas y partes del cuerpo, fue necessario se le mezclasse alguna cosa, cõ laqual se hiziesse liquido y fluxible para que facilmente passasse por las venas, y esta cosa que le facilita y haze ansi prõpta para penetrar, no es otra cosa sino la beuida: yporende fue necessario beuer siẽpre quãdo comemos: sino fuesse quando el mãjar de suyo fuesse tan liquido y fluxible, q̃ no huuiesse necesidad de beuer.

Lo qual acaesce pocas vezes como de su yo sea de sustancia delgada y tenue, facil para penetrar, y no solamente es necessario para que haga al mājar liquido prōpto para yr por las venas. Empero, y tambiē porq̄ humedezca el cuerpo y hincha las partes vazias y euacuadas de las humidades sustanciales que se consumieron y ensoluieron. Finalmente at tenua y subtileza el mājar para que cuele a todas partes, y hazele liquido a manera de ptisana, o ordiate, y este se dize Chilo, el q̄l como dize Auic. eñl. 1. can. 1. fen. 1. priādōde dixo q̄ el Chilo es vna sustācia liquida semejante en su espessura a la Ptisana q̄ es ordiate, el qual se cōfige dela comida y beuida, quādo se mezclā por manera q̄ primero ay permistiō, o adunaciō, la qual se ordena para la digestiō, o coction, y la digestiō se ordena para la nutriciō, y la nutriciō para la cōseruacion de la salud, como es conclusion de todos los medicos, y la permistion, o mezcla, mejor se haze quando se come y bene-

Auic. canō. 1. fen. 1.

y bien juntamente. Empero aunq̃ es verdad que el beuer es necessario y vtil, empero muchas vezes accidentalmẽte es causa de muerte y enfermedad quando se tomare en quantidad desmoderada, e indebita. Por lo qual de oy mas trataremos qual es y quantas cosas se ayan de guardar para que el beuer no haga daño, para que cada qual sin medico pueda por si conseruar la sanidad.

CAPITVLO 2.

Si sea vtil y prouechoso beuer en ayunas, o no.

AVNque el beuer es vna cosa vtil y necessaria para la conseruacion de la vida, y para la sanidad, empero muchas vezes tomado en hora incompetente y no deuida se haze muy dañoso, y mortal, y es precepto vniuersal de los medicos q̃ no se beua en ayunas estãdo el estomago vazio d̃ mãjares, entiẽdese esto por via de beuida, y no de remedio medicinal, o quãdo la costumbre fuere en con

en contrario, porque como dize el Cõciliador enla differẽcia.118. Algunas vezes cumple ante del mãjar beuer vn poco de vino quãdo los humores del viẽtre fuerẽ frios, y entonces cõuiene vino añejo, porq̃ admirablemẽte conforta al estomago y altera los humores frios como si fuesse xarabe confortatiuo. Y ay tambien caso q̃ en ayunas se beue agua por via d̃ remedio medicinal, conuiene a saber quãdo pretendemos amansar y aplacar el fuego d̃l estomago y su excessiuo ardor, Ni mas ni menos quãdo ay costũbre d̃ beuer en ayunas, vemos por experiẽcia q̃ muchos se halla bien, porq̃ como dize Auicen. en la. 3. del primero. *Vsus sunt res extra rationẽ existentes.* Quiere dezir. Las costũbres, y vsos son cosas fuera de razon: porque vemos algunos que luego como amanesce se van a las tauernas por la maluada costũbre q̃ tienẽ, y beuẽ sin auer comido y se hallã sin daño. Empero muchas vezes estos tales mueren repẽtinamẽte con su mala costũbre

bre, pues luego no se deue beuer en ayunas, como lo dixo Auic. en la. 3. del. 1. doctri. 2. c. 8. y en la. 2. par. de los canticos, com. 34. y Gale. enl. 2 de los aphor. sobre aquel aphori. *Fame vini puri potio soluit* y Rasis enl. 4. de Almanso. Porque si lo que en ayunas se beue es agua, haze grã impedimẽto al calor del estomago, porque le amata y offende y destruye la digestion, y haze daño a los neruios, Especialmente despues de los baños y exercicios, Si fuere vino especialmente puro, porque sube al celebro, perturba el sentido y la razõ, daña los neruios, causa espasmo, y mucho mas en tiẽpo de enfermedad, o en tiempo caliente, porque el vino tiene poder de herir los neruios y dañarlos, como lo dixo Auerroes en el comento de los canticos.

Auic. 3. 1. do. 2. c. 8. Gal. 2. apho. Ras. 4. ad Almanſ. Auer. comen. cantic.

CAPITVLO

3. si despues d comer, passadas dos o tres horas auiendo sed conuenga beuer, ono.

La be

LA beuida se tome y due tomar por dos causas, o para mezclar el mãjar enl estomago, como es la beuida q se toma en la comida, o para que despues ya del manjar digesto le destribuya y haga passar por las venas y por todas las partes del cuerpo, y por esta causa se deue beuer despues de comer quando ya el mãjar esta digesto y aya descendido al hondon del vietre, e intestinos, porque entonce la parte superior del estomago esta descargada alli vanada por la perfecta digestiõ que se hizo en el, despues se haze enel higado, y no es menester que la segunda digestion que se haze en el higado este perfecta para beuer sino la del estomago, como bien lo dixo el Conciliador en la differencia. 118. Y en este caso se puede beuer a plazer lo que da la gana, como lo dixo Auicena enla tercera del primero, doctrina segunda. capitulo septimo, y Galeno en el de solutione continua, y enel septimo del Methodo, y Rasis enel 25. de su continẽ

te,

te,capitulo primero. Porque d̄ otra manera la beuida antes que el manjar este digesto enel estomago,y antes que aya descendido hara apartar del estomago la comida,y despegarla ha y hazerla ha nadar si fuere en quãtidad,y como la comida, o manjar este despegado del estomago,no se digerira ni hara nutrimẽto sino q̄darse ha indigesto y crudo por razon dela humidad d̄la beuida q̄ esta entre el estomago y la comida. Y aun q̄ mucho acose la sequia despues d̄ comer,antes de la perfecta digestion no se deue beuer vino ni agua en cãtidad,sino chupãdo,o como mamãdovn poco,o abrir la boca al ayre fresco,o enjaguarse, assi lo dixo Gal. enl. 7. del Meth. Assi lo dixo Auic. enl lugar allegado, y despues enel. c. 8. del mismo lugar. Y aun dixo mas, que si la sed fuere vrgente,y no se pueda hazer otra cosa, que se beua en vna redoma,o vaso d̄ muy angosto orificio. E dixo q̄ para la tal sed mendosa y falsa que se causa de mucha comi-

Gal. 7 Meth.

Auic

da y

da y embriaguez no ay cosa mejor para la aplacar como dormir, porque enel sueño, el calor reconcentrado y metido adētro, resuelue los vapores y materias q̄ son causa de la tal sequia. En fin cōcluye, que en tal caso se beua chupando poquito a poquito, porque de otra manera fuera delas causas allegadas, hara que el manjar indigesto vaya por las venas y haga heredar corrupciones y opilaciones. Empero si aguardā a beuer despues que el manjar este digesto y aya descendido. Siguése muchos prouechos. Conuiene a saber, que la tal benida ayuda a descendir el manjar, sutilizale para q̄penetre y passe hasta las venas pequeñas.

CAPITVLO 4.

Si se deue beuer despues del exercicio y trabajo, o si se deua beuer despues de algunos manjares.

An-

ANSI como despues del exercicio, e trabajo e acto venereo, e vaño, no cumple luego inmediatamente comer ansi ni mas ni menos, no conuiene beber, la causa es, como lo dixo Aristoteles enel primero de los problemas, enel problema. 28. e problema. 30. porque el que ha trabajado o exercitadose, aun no se ha sosegado ni las superfluydades remouidas y agitadas son expellidas, ni apartadas. Cierto conuiene que el q̃ despues del exercicio o trabajo o coyto ouiere de comer o beuer, que primero se sosiegue, porque las superfluydades remouidas con el exercicio e mouimiento se acaben de purgar y expeller, porque entonces el calor natural esta derramado por todas las partes del cuerpo, e como este ansi desuñido y disparzido no puede digerir el manjar, e porende conuiene esperar a que se recoxga al estomago e vientre, pues de esta manera, la comida e beuida se digerira e cóuertira en buẽ nutrimento, de otra manera se boluera

Arist. 1. prob.

KK en

en la naturaleza de las ſuperfluydades que ſe purgan, y no obſta dezir, que ya no ay exercicio ni mouimiento porque del mouimiento paſſado, eſtan todos los miembros alterados e bullendo, aũque parezcan eſtar quietos: empero paſſado vn buen rato o eſpacio de tiẽpo, ſe puede comer y beuer a plazer, y no qualquier beuida y comida, fino que ſea bue
Gal. 3. de ſani. tuen. na y loable. Anſi lo dixo Galeno enel tercero de ſanitate tuenda, e Auicena en la 3 del primero doct. 2. capit. 7. Adonde
Auic. 3 1 doct. 2 ca. 7 dize qué deſpues de trabajo y exercicio no ſe coman peſces por que ſe corrompera, e dañaran a los de mas manjares enel eſtomago, e dixo mas, que no comá fructas verdes ni ſecas, porque aunque pareſce que al preſente regalan y refreſcan con ſu aguanoſidad e humedad, deſpues cauſan corrupciones e putrefaciones, lo miſmo ſe entiende de la beuida, y principalmente ſe deue aduertir, que no ſe beua vino ſobre malos manjares, ſino

no fuesse para corregir e rectificar la ma licia y vicio dellos: Pero en tal caso deue se tomar puro en poca cantidad, la causa es, porque beuido sobre los malos mãjares, haze los correr e penetrar hasta las extremas partes del cuerpo: especialmente beuido sobre la comida de los melones y pepinos, y ni mas ni menos, haze gran daño beuido sobre manjares agudos y calientes, como son ajos y cebollas y otras cosas semejantes, lo vno porque como estas comidas sean de mal xugo con el vino penetran por todas las partes del cuerpo, y con su mal mantenimiento, dañan mucho, lo otro porque como sean manjares calientes en demasia, y el vino tambien lo sea, causase muy grandissimo ardor e inflamacion en todo el cuerpo y fiebres calenturas de humores corruptos, en los que tienen muy muchos y differentes humores aparejados para ellas, y en los q̃ no causan disposicion propinqua para calẽturas

por lo qual concluyamos, Que ſobre tales manjares no ſe deue beuer vino ſino agua o vino muy debil, que ſea de naturaleza de agua, porque eſtas tales beuidas quitan e tiemplan el exceſſiuo calor de los tales manjares agudos e calientes e por eſſo mando Ariſtoteles enel. 22. de ſes problemas, problema. 8. que ſobre las frutas calientes ſe beua agua, e ſobre las frias vino bueno e poco, por cauſa de rectificacion. Eſtas coſas dixo Auicenna en la. 2. parte de los canticos, enel texto del commento. 34.

Ari. 2 prob. 8

Aui. 2 quar. cā 1. text. com. 34

CAPITVLO quinto. De los daños que ſe ſiguen de la demaſiada beuida del vino.

MVchos ſon los daños que ſe ſiguen del demaſiado beuer del vino, por que no ſolo cauſa males enel cuerpo, empero y en las coſtumbres, e porende dixo el venerable Beda, non enim decet vi

Beda

no in quo est luxuria, inebriari, eum qui musto spirituali desiderat impleri. Quiere dezir, no cumple ni es licito a aquel q̃ desea henchirse del mosto d̃l Spiritu sancto, embriagarse de vino, enel qual esta la luxuria, e por esso dixo muy bien Isac en sus particulares dietas, si el vino se beue como conuiene moderadamente causa muchos prouechos enel cuerpo, empero si se beue hasta embriaguez, engendrara e causara muchos daños cõtrarios, porque la embriaguez amata la lumbre de la anima racional, y con ella se cõforta la potencia bestial, e porende el cuerpo se queda a manera de vn nauio en mitad de la mar, sin gouernador, o como esquadrõ de gente de guerra sin capitan, e por esso la embriaguez a prueua cosas dignas de reprouarse, e alaba lo que se deue vituperar, y esto causa en los prudentes e sabios. Porque en los locos e tontos o ignorãtes, causa furor, causa hablar cosas sin tiento e razon, cõ yra y odio y rẽcor y soberuia, compelle los andar y mu

Isac dieta part.

similiad.

darſe de lugar en lugar, E finalmẽte ha ze los caer en adulterios en homicidios en furias y en otros vicios, y porende los que quieren conſeruar ſu familia, conuiene ſe guarden del demaſiado beuer, finalmente cauſa corrupcion enel Iuyzio debilitacion en las virtudes animales, repleciõ al calor natural ahoga y enfriale, y porẽde cauſa apoplexia, perleſia ſtupor, ſpaſmo tremor, corrõpe la cõplexion del celebro, y en algunos eſtomagos engendra colera, y en otros azedia, daña a los nieruos, Empero ſi alguno cãſado y deſecado de algun luengo camino o trabajo, quiſiere beuer en abundancia, para ſatisfazer ſu appetito deue comer poco, anſi lo dixo Auicena en la tercera del primero doct. 2. capitu. 8. a donde dixo, Que el tal noſe hincha de comida, ni coma coſas diureticas o abrideras, ni coſas dulces, ſino q̃ coma coſas gruеſſas e vnctuoſas, o coſas de pringue o carne lardada, migas de pan mojadas en caldo gordo, y porque no ſe puede poner

Aui. 3. 1. doct. 2 cap. 8.

regla

regla cierta de la cantidad, que a cada qual conuiene beuer, tengaſe por regla que no ſe beua tanta cantidad de vino, que nade ſobre el eſtomago, o le agraue ni haga ruydo, como lo dixo Auicena, Auic. en la 13. del 3. tractatu. 1. capitu. 29. y Raſis enel quarto de Almanſor, capitulo quinto. Empero ſi acaeſciere la tal replecion aggrauante de vino, hagaſe vomito, o beuan tras ello agua miel, y hagan luego vomito, y lauenſe la boca con vinagre e miel, e la cara con agua fria principalmente el flaco de celebro no lo beua, ſino muy aguado. En fin el que ſe hinchere de vino, haga vomitos con mucha preſteza, y ſino pudiere vomitar beua agua tras ello, eſpecialmente con miel, vſe deſpues de comer membrillos, o ſu carne en conſerua, e ſi vuiere hecho algun daño enel eſtamago o celebro, e le vuiere calentado muy demaſiadamente, tomeſe luego ſimiente de arrayan toſtada, o otra coſa alguna,

estreñida e mordaz, e vañese luego en
Auic. vna tina. Esto aconsejo Auicena enel lugar alegado.

CAPITVLO

sexto. De la agua o vino enfriada con nieue, o de otra manera, y de sus daños.

NO solo eneſtos nueſtros tiempos ha mucho preualeſcido el vſo del beuer con nieue, o arrimando la beuida a la nieue, o echando la miſma nieue dētro de la beuida, empero y en los antiguos, pues dixo Galeno enel. 7. del Me-
Gal. 7 Metho. thodo cap. 4. que el dio agua resfriada, *cap. 4.* connieue como ſuelen aparejarla en Roma. De los que echan dētro de la beuida nieue, no ay que tractar de ellos pues en buen romance tragan la muerte dulce, y ſino lo ſintieren de preſente, ſentirlo han ſi lo acoſtumbran adelante, no deſpues de muchos meſes. Pues es cierto que es pōçoña fria en quarto grado, porque como

mo este del yuierno passado retenida en lugares frijssimos y vmbríos donde no da sol, hazese vn misto pernicioso de intentissima e venenosa frialdad. Empero vengamos a tractar de los que beuē frio arrimado a nieue, e dezimos que segun la authoridad de los antiguos, es vna cosa peligrosa e sospechosa para la salud, porque aunque es verdad que en los mācebos carnudos no paresce hazer daño, sino prouecho, especial en tiēpo de estio porque paresce que tiempla el excesiuo calor, e que reprime la colera, empero como diremos luego, es tan dañoso a los neruios e pecho, que adelante haze mucho daño, especialmente en la vejez, porque acarreara dolencias incurables, y q̄ por muy largo tiempo les duren en los miēbros principales e interiores. Finalmente les hara gran daño en los miembros frios e debiles. Ansi lo sintio e affirmo Isac en sus vniuersa. cap. 11. e Auicena en la. 3. del. 1. capi. 8. doct. 2. diziendo, Complexionibus temperatis aqua conuenien-

Vino animo a nieue. l. 3.

Isac in die. vniuer. ca. 11.

Isac dietis vni. cap. 11.

Aui. 3 1. cap. 8. doct. 2.

ueniẽtior eſt quę frigiditatis fortitudine tẽperata exiſtit, & cuius infrigidatio cũ niue deforis, non fit, quoniam in niue mala huiuſmodi diſpoſitio exiſtit, quod ex ea reſoluitur neruis & membris anhelitus nocumentum facit, & omnibus interioribus, neque tolerat eam niſi vehementer ſanguineus, & tamen ſi non alicui nocumentum fecerit ilico ſecundum longitudinem dierum faciet, & cum in annis proceſſerit. Dize anſi, que la agua templada, que no es de fuerte frialdad, es mas conueníble a las complexiones templadas. Y finalmente dize, que aquella agua conuiene la frialdad, de la qual no le prouiene defuera por parte de la nieue, porque la que es enfriada en nieue, es de vna mala diſpoſicion y manera, porque haze daño a los nieruos, e a los miembros de la reſpiracion que es el pecho y pulmon, y a todos los miembros interiores, y no puede tolerar la tal beuida, ſino el que

es

es fuertemente ſanguino, y ſino hiziere luego de preſente daño en algunos, hazerlo ha en largo proceſſo de tiempo. Eſto es lo que dixo muy bien Auicena, lo miſmo dixo Iſac en las particulares dietas diziendo, que la agua frigidiſſima es muy dañoſa a los neruios del pecho, y hiere las tripas, y cauſa dolor enel vientre y apretamiento enel pecho, y en todos los inſtrumentos de la reſpiracion, y haze rompimiento en las venas, y ſi mucho ſe acoſtumbrare, verna ſpaſmo, gotacoral, apoplexia y adormeſcimiento en los miembros. Lo miſmo dixo Raſis enel. 4. de Almanſor capitulo. 5 Diziendo. *Summo opere cauendum eſt, ne aquam niuis bibant.* Quiere dezir ſummamente ſe deue huyr el beuer agua de nieue, eſpecialmente ſi el que la bene es de higado y eſtomago frio, o de muy flaca compliſion, y de poco eſpiritu. Lo miſmo dixo muy bien Hippocrates, en el quinto, Aphoriſ. 17. Anſi, Frigidum con-

Auic.
Iſac dietis, part.
Raſ. 4. ad almeu. c. 5
Hyp. 5. 4

conuulsiones, tethanos facit, &c. Y en otra parte. Frigidum inimicum neruis ossibus &c. Y enel. 24. del mismo libro. Frigida velut vix & glacies pectori est inimica. Lo mismo dixo el Galeno enlos comentarios, y enel. 2. de victu acutorum diziendo. Que de toda cosa fria viene daño alos neruios: Empero el que lo quisiere vsar, deue ser moço de mucha corpulencia muy sanguino e colorado de fuerte appetitiua, y que beua de ella en menos cantidad de lo ordinario, e despues de manjares caliētes, e vse luego tras ella aloxa o aguamiel, e coma gragea de anis o canelones, o el mismo anis o la canela: Pero Galeno enel. 7. del methodo, hablá do de la flaqueza del estomago por causa calida dixo, que fue alsiuiada muchas vezes con agua enfriada en nieue y con frutas frias enfriadas de la misma manera. Cō todo esso, su continuo vso es muy peligroso porque esto que dize el Galeno es por via de remedio. Ya empero el vino enfriado con nieue no es de tāto per

Gal. 5. aph. 24

& 2. de Vi. acu.

al.

juyzio

juyzio y daño. Eſpecialmente ſi el tal vi no es roxo añejo fuerte rezio, porq̃ con ſu calor ſe tiempla la frialdad de la nieue, e con la ſubtileza de ſu ſuſtancia reſiſte a la congelacion e condẽfacion della anſi loquiſo el Gal. enel. 7. del Met. a dõde dixo Porro aquę vicia depẽdent oĩa ex eius frigiditate cuius culpa& moratur in precordiis diutiſsime fluctuationes excitat inflatum vertitur vẽtriculi robur diſoluit vt deinde deterius cõquat ſed ne digerendo per corpus alimentum videtur aliquid cõducere quibus ſane viciis vinum contrarias vices obtinet. Dize en concluſion, que como los daños que cauſa la agua, todos prouengan de ſu frialdad, porque por eſta cauſa ſe detiene en las tripas y cauſa ventoſidad, y enflaque ce la fuerça del eſtomago, para que no pueda digerir, y enfin dize que aun ni es prouechoſa para la diſtribucion del alimento por todo el cuerpo: pero que el vino obra todo lo contrario: dedonde ſecol lige, que no es la miſma razõ en la agua en-

enfriada con nieue como el vino, aunq̃ no careſce de daños en eſpecial en tiẽpo de inuierno en los flacos e viejos, e frios e delgados, pero en los demas es mas conuenible en tiempo de eſtio.

CAPITVLO

7. De los vinos en general.

Cõſideranſe en vinis.

EN los vinos ſe conſideran ſeys coſas, liquor, o ſuſtancia, virtud, olor, ſabor, color, complexion, en quanto a la

Complexiõ.

complexion dezimos en vniuerſal, que el vino es caliente y humedo, excepto quando es de quatro años o mas, porque en tal caſo es caliente y ſeco, anſi como lo dixo el conciliador differencia. 70. por auctoridad de Ariſto. en el vndecimo de las problemas, problema. 36. En general los q̃ fueren de menor edad de diez y ocho años, no lo deuen beuer porque es añadir fuego a fuego, empero los mancebos pueden beuerlo con templança, eſto quiſo el Galeno en el primero

Concil. diſt. 70 Ariſt. 11. pro. 36.

primero y quinto de ſanitate tuenda. Porque dize que hinche la cabeça de humos vaporoſos. Lo miſmo dixo Auer-roes enel quinto de ſu colleget, Finalmẽ te como lo dixo Hippocrates enel ter-cero de victu acutorum: A donde ay te mor de dolor de cabeça, y de leſion o daño de los ſentidos, ſe vede el vſo del vino. Pero deueſe dar agua en ſu lugar o vn vino muy delgado y flaco de color de la palma, y ſin olor, enfin que ſea co mo agua en ſu ſuſtancia, y eſte tal vino conuerna a los flacos, E deueſe aduer-tir, que aunque es verdad, que a los vie jos ya decrepitos, conuenga el vino, y les ſea muy vtil en quanto toca para la conſortacion de ſus cuerpos y de ſu ca lor natural, y para deſpedir las ſuper-fluydades de ſus humores, y dixo Gal. que el mayor prouecho que haze en los viejos, es calentarles todos ſus miem-bros: pero no ſuffrẽ toda la fortaleza del vino, tambien como los muy jonenes, o varones, por razon de la flaqueza

Gal. 1. & 5. de ſani. tuend. Auer. 5. colli. Hip. 3. de ſa ni. tuẽ.

de

de ſu cabeça e de ſus neruios, y por en de ſe concluye, q̃ el vino conuiene a los viejos por razon de remedio medicinal porq̃ el calor del vino repugna a la frial dad de ſu complexion: empero conuiene a los mancebos por razon de alimento, porque la naturaleza del vino es ſemejante y conforme a ſu naturaleza, y porẽ de cõuiene a los viejos guardarſe del demaſiado beuer de vino, porque facilmẽte les herira la cabeça e nieruos por donde les verna perleſia eſpaſmo, gota arretica, porque a ellos no les conuiene ſino por remedio e medicina de ſu flaqueza, y no por via de alimento, como lo dixo Iſac en ſus particulares dietas. Empero quererr aquí contar las vtilidades del vino. Sera coſa larga por ſer muchas, pues como dize Rufo, por el ſe fortifican todas las virtudes del cuerpo, animal vital natural augmenta buena e loable ſangre por la ſemejãça que tiene conella da buẽ ſabor a los manjares mueue gana de comer, irrita a luxuria, conforta al eſtomago

go y ayudale a retener el manjar y a expeller las hezes, corrobora todas las acciones del anima y cuerpo, Pareſceſe por experiencia, porque de triſtes haze alegres, y muda el vicio de la anima en virtud, porque beuiendoſe moderadamente, que anſi ſe deue entender, conuierte la crueldad en piedad, la auaricia en largueza, la ſoberuia en humildad, la pereza en ſolicitud, el temor en oſſadia, el callar en facundia, la torpeza de ingenio en habilidad y aſtucia. Finalmente concluyo Horatio por dicho de otros, q̃ ningunos metros de los que beuẽ agua pueden valer ni viuir mucho. Y Enio el padre de los poetas nunca yua a cantar las armas ſino bien beuido: Pues luego como lo dize Iſac en ſus particulares dictas, El vino abraça las virtudes del cuerpo y del anima, porque esfuerça anſi las vnas como las otras, beuiendoſe moderadamente, y dixo mas, que los antiguos compararon al vino a la atriaca magna, porque hallaron por experiencia que

era ſocorredor y ayudador de las coſas contrarias, porque calienta lo frio y enfria lo caliẽte, humedeſce lo ſeco, y deſeca lo humido, Empero haze eſtas obras por diuerſa manera, porq̃ calienta y deſeca de ſu natural propriedad, empero enfria y humedeſce accidentalmẽte: por que con la ſubtileza de ſu ſuſtancia trae conſigo la agua que ſe le mezcla por todas las partes del cuerpo: con la qual ſe enfrian y rehumedeſcen. Finalmente tiene eſta prerrogatiua ſobre todas las coſas de mantenimiento, que con mayor preſteza y facilidad ſe conuierte en ſangre y alimento, como lo dixo el Galeno enel. 2. de los aphoriſmos.

Gal. 2. aphor.

CAPITVLO

8. del vino aguado, y del vino de color y ſuſtãcia de agua, y finalmẽte del vino blanco.

Vino aguado por medio.

EL vino aguado, la mitad de vino, y la mitad de agua, mundifica, o limpia, laua, cõforta, haze ſudar copioſamẽte, eſpecialmẽte ſi el tal vino es blãco y

delgado y ſutil,como lo dize Auiſcenia 1.del.4 tract.2.c.39.amata mas la ſequia q̃ el agua ſola,o el vino por ſi, como lo quiſo el Gal.enel.1.de ſimpli.facul. empero como el dize enel.2,de vict. accut. debilita el eſtomago aunque beuido en poca quãtidad,es cõuenible para el eſtomago dſecado,y en otra parte dixo,q̃ reblãdeſce el eſtomago y le humedeſce y le enflaqueſce,y q̃ engẽdra y cauſa vẽtoſidad enel,y anſi como el vino puro cauſa pulſaciones en las ſienes y peſadũbre en la cabeça y ſequia. Anſi el vino aguado amata la ſequia por ſu frialdad y humidad,y los q̃ fuerẽ de flaco y frio eſtomago, o hígado no deuen beuerlo anſi aguado,ſino dexarlo para los q̃ ſon mas fuertes d̃ eſtomago yhigado,y eſtos puedẽ vſar del por via de medicina cõ mas ſeguridad en tiẽpo y tẽra calientes eſpecial ſi ſon de edad de ſouẽtud, de buena corpulẽcia,de officio trabajoſo,acoſtumbrados alo beuer aguado, Empo los flacos y frios d̃ eſtomago y hígado d̃ edad

Auic. 1.q.tra. 2.c.39 Gal. 1. de ſim.

de viejo de delgada y ſubtil corpulencia de vida holgada y no acoſtumbrados a lo beuer tan aguado, hallarſe han mal con ello, porque aliende de otros daños mas preſto ſe embriagaran con ello. Porque la ſubtileza de la agua q̃ tiene mezclada le haze mas penetrar y ſubir que ſi eſtuuieſſe puro. Eſto dixolo Auicena en la. 3. del primero Doct. 2. y Ariſtoteles en la tercera parte de los problemas en el problema. 3. Finalmente conuiene en tiempo de eſtio, porque refreſca y humedeſce como hemos dicho. Empero tractemos del vino aguoſo ſubtil claro q̃ al guſto muestra poca fuerça, al qual llama el Galeno en el libro de euchimia y cachochimia Oligophoro, eſte es vn vino que a los que tienen fiebres o enfermedades q̃ no ſon agudas, ſe puede dar mas ſeguramente que agua, y en las agudas deſpues de la euacuacion vniuerſal de todo el cuerpo, en la declinacio ſe puede dar ſin peligro, eſpecialmẽte ſies aguado, porq̃ refreſca y humedeſce y mueue ſudor

Auic. 3. Pri. Doct. 2.

Ariſt. ſobre los 3. par. Prob. 3

Galen. lib de euchi. cach.

ſudor e vrina ayuda ala virtud expultriz o alimpiadora, y los medicos deuen vſar de eſte tal vino y darlo a los enfermos con mas ſeguridad que agua, porque no derrocarien el appetito, antes conforta-rien el eſtomago y higado, y facilmente penetra por las venas y no tienta la cabeça, como otros vinos, y es de muy poco nutrimento, y de que ſe mezcla cõ agua luego pierde ſu fuerça, es bueno para cõciliar ſueño, y ayuda a digerir los humores medio crudos, en fin el conuiene ſin peligro en fiebres y en perſonas coleri-cas deſpues de la digeſtion, y en las agudas en la declinacion, deſpues de la euacuacion vniuerſal. Eſto dixo el Galeno en el. 3. de vitu acutorum, y en el libro de euchimia & cacochimia, y en el libro attributo de vrinis, y Auicena en la primera del. 4. tractatu. 1. cap. 39. e Iſac en las dietas particulares. En concluſion eſte vino blanco de color de agua ſubtil de poca fuerça claro, conuiene mas por via de remedio medicinal que no por

Gal. 3. de vi-chi. a-cut. Auic. pri. 4. tra. 1. ca. 39.

via de alimento tal vino se paresce ser el que dizen de ciudad real, al menos el perfecto y aũ el vino de Lillo, y el de Orgaz y Yeuenes, en fin el vino hecho de vuas verdejas q̃ otros llamã torrõtes ses porque este tal es vtil a los caliẽtes y colericos, y a los caluroſos en tiẽpo d̃ estio y en tierra caliẽte: el qual vino deue ser de vn año poco mas, y no puede durar mucho, porq̃ presto se azeda y ansi el Gale. en el. 4. de sani. tuẽ. alaba y apprueua el vino q̃ presto se azeda para ayudar a digerir los humores crudos. Cuentase tãbiẽ el vino roxo o rubio, o cetrino en el numero o especie de vino blãco, a este vino tienẽ todos los auctores por rezio y fuerte, especialmente el Galeno en el 5. de simplicium facultatibus. Y en el 3. de victu accutorum. y en el. 4. de sanitate tuẽnda, adonde nõbra al tal vino falerno, y al aguoso en Asia Titacazeno, Empero aca en nueſtras tierras de Castilla, es differente, porque los vinos blancos, roxos o rubios de arenas se hallan por

Gal. 4. de sani. tuen.
Gal 5. de simp. & 3. victus accu.

expe-

experiencia ſer ſuaues y delgados y que no hieren la cabeça, antes ſe halla que tienen las propriedades y virtudes del vino aguoſo que Galeno llama Oligo foron, excepto en quanto al color y facilmente ſe azedan, que no es pequeño indicio de ſu ſuauidad y flaqueza, como lo dixo el Galeno en el. 4. de ſanitate tuenda, antes por el contrario hallamos por experiencia que los vinos de eſta tierra muy diafanos y tranſparentes de color de agua, ſe hallan por la mayor parte ſer muy rezios, los quales aunque de preſente pareſcen ſuaues dende apoco hieren la cabeça y nieruos, y embriagan con mucha facilidad, tal vino ſe halla q̃ es el de Sant Martin y de otras partes, empero aunque ſea anſi y parezca en algunas partes de Eſpaña no tener certidumbre, eſta propriedad de los vinos rubios, empero por la mayor parte es cierta regla, y anſi digamos con Haliabbas en el quinto de ſu theorica. capit. 30. que el vino de color rubio, co-

Idem. 4. de ſa ni. tuẽ.

Halia. 5. theo. cap. 30.

mo de açafran, es de mas fuerte calor y de mas robusta agudez, y que mas presto passa por los miembros y causa colera y dolor de cabeça, y no solo haze esto en los que tienẽ calentura, empero y en los sanos, este tal vino es poderoso y oloroso, lo mesmo dixo Isac en sus particulares dietas, adonde dixo, q̃ hazie heruir los humores, y que embiaua humos a la cabeça, y que daña al celebro, y hiere los sentidos, y porende cõuiene que se guarden del los calientes y colericos, sino fuere muy aguado, porque si se beue sufficientemente aguado, segun que conuiene a la edad y tiempo y regiõ y costumbre, diuidirse han con el los humores gruessos y alimpiarse han las vias de las venas de corrupcion, y clarifica la sangre, especialmente conuiene a viejos porque corrige su frialdad, y mientras menos, aguado estuuiere es mejor para ellos pues conforta su calor y resuelue la copia de sus superfluydades. De aqui se cõcluye que qualquiera vino rezio agora sea

Isac die. par.

cotol.

ra sea rubio, o roxo, agora sea aguoso en su color empero fuerte, como diximos del vino de S. Martin, agora sea la maluasia, o vino de los montes, no se beua sino muy aguado, o por via de remedio para diuidir y ensoluer los humores gruessos y flematicos, especial le beuerã en inuierno y en poca quantidad.

CAPITVLO 9.

De los vinos tintos claretes, y de los escuros gruessos, turbios y no turbios.

LOS vinos tintos claretes, como escriue Haliabbas en el. 5. de su theorica cap. 30. son de fuerte calor y sequedad, passan presto abaxo del estomago engendran buena sangre confortan el calor natural, si se dan en conuenible cãtidad, y por esso dixo el Galeno en el segũdo de los afforismos, sobre aquel texto, famen vini potio, &c. El vino gruesso y el colorado, o clarete, es de mas nu-

vinolin.

Gal. 2. aph.

trimento que todos los demas: y enel libro de vinis. Los vinos claretes ſon conuenibles para la nutriciõ, eſpecial ſi ſon dulces, empo dexado lo que dize el Galeno, enel lib. de ſolutio. contin. y enel. 3. de alimentis, pongamos el ordẽ de Iſac que puſo en las dietas particulares, pues dixo. El vino roxo de vuas negras: y el ruuio de color de oro de vuas blãcas, ſon los vinos mas caliẽtes, porque ſu calor es en grado tercero, y eſtan en medio de los extremos ygualmẽte. Empero el rubeo que es el clarete, es cercano a eſtos en ſu groſſeza y dureza: y porende es de mas nutrimento q̃ todos, excepto el tinto obſcuro: empo prouoca poco a vrinar y ſube tarde a la cabeça y emborracha tarde, empero ſi vna vez empieça a embriagar, cauſa vna borrachez difficil de quitarſe. Tal vino ſe nos mueſtra el que dizen de Yllana, porq̃ es de fuerte calor, y preſto paſſa del eſtomago a las tripas. Empero de los vinos tintos ay dos differẽcias, porque vnos ſon tintos gruẽſos

Galen. lib. de ſo lu. cõti. et. 3. de Alim.

no

no turbios, atros gruesos y turbios, los q̃ son gruesos empero no turbios, son mas aptos para mãtener: y porende dixo Auic, enla. 3. del. 3, tract. 4. c. 4. q̃ el vino tinto gruesso y turbio daña a la vista y se deue huyr del todo, empero el grueso no turbio, no se deue vituperar, porq̃ es mas apto pa la nutriciõ, y Gal. dixo q̃ el tal vino es cercano en su sustentamiẽto a la carne d̃l puerco, y porẽde es bueno para los mãcebos antes de comer, empero para los viejos no es cõuenible ni despues ni antes d̃ comer, porque causa enellos opilaciones enlos riñones y piedra en la vexiga, por el defecto de su calor natural, especialmente causara esto si es dulce y estreñido. En los que tienẽ poco calor y abundan de superfluydades. Finalmente como lo dixo Isac enel lugar arriba acotado, todo vino tinto es gruesso de naturaleza d̃ tierra y agua y mientras mas tuuiere de tierra, mas grueso y turbio sera, es contrario al aguoso y subtil, difficil de digestion, tardo

Auic. 3. 3. tra. 4. cap. 4.

Ysac.

do de passar por las venas agraua el estomago, engendra sangre gruessa y fecosa, sube tarde a la cabeça, y vna vez subido causa borrachez difficultosa e indissoluble. Empero como lo dize Auice. en el. 9. del tercero, tract. 2. cap. 8. Es de mas nutrimento que ninguno, haze declinar los humores al contrario dela causa o occasion que tray desfallescimiento por reso lucion, y reuoca y buelue el spiritu en su substãcia y vigor. Saquese de esto por cõclusion, q̃ todos los vinos tintos se deuen huyr, porque son de mal xugo y humor y gruesso, e que tarde se distribuyẽ y tardamente corren, y se detienen, especial si son estreñidos e insuaues, como lo dixo el Galeno en el. 4 de sanitate tuenda, empero que los tintos que fueren suaues, y no estreñidos ni turbios, no se deuen huyr, sino es de los viejos, y de los que tienen poco calor, y estan aparejados a opilaciones de higado y baço y riñones.

Auice. 9. 3. tract. 2 cap. 8.

Gal. 4 de sani. tuen.

Capitu-

CAPITVLO

10. Del vino dulce, agora sea blanco, agora sea tinto.

EL vino dulce segun q̃ se lee en diuersos auctores, especialmente en el Galeno de victu acutorum. Es dañoso para los q̃ne tienen o temen opilaciones de higado y baço y riñones, y los que temẽ piedra de vexiga, especialmente es dañoso para opilacion de baço, despues de la del higado, como lo dize en el mismo lugar, y aunque es verdad, que el vino dulce de suyo por ser dulce, es muy conueniible para la naturaleza humana, y que es atraydo con gran presteza del higado, por causa de su dulçura, como lo dixo Auicena en el. 14. del 3. cap 19. Empero accidentalmente es muy dañoso por su grosseza y dulçura, por las quales cosas causa, como diximos, opilaciones y atapamientos en los miembros que hemos dicho. Empero dize el mismo Auicena en la. 10. del. 3. tract. 1. cap. 6. ansi como el

Gal. 3. victus accu.

Auic. 14. 3. cap. 19.

el vino dulce causa opilaciones en el higado, ansi abre opilaciones en los pulmones, de suerte que es bueno para los pulmones y para el pecho y tose, y para el dolor de costado en la declinaciõ, aunque se deue de huyr adonde ay fiebre y calentura y sequia, porque la acrescienta y desseca la humedad de la saliua y la engruessa y apegasse y espessase en la boca y caña los pulmones: y hazese colera, como lo dixo Galeno en el tertio de victu accutorum, y en el libro de vinis, dixo, que los vinos dulces no son conuenibles para la roxa colera: porque todas las cosas dulces son materia de la colera, empero es conuenible, como diximos para dolencias de pecho y pulmones, y como dize Isac en sus particulares, es caliente en segundo grado y seco en primero con alguna humedad relaxa el vientre, porque en toda cosa dulce ay virtud de relaxar y de hazer colar.

Gal. 3. de victu accu.

Isac diet parti.

Capi-

CAPITVLO

11. Del vino ſtiptico ſubtil que dizẽ agreſtino, y del auſtero y pontico en fin de los vinos eſtreñidos.

AY vn genero de vinos de vuas agreſtes o por madurar que ſe llama agreſtino, acerca de los barbaros, es vn vino blanco ſtiptico y ſubtil del qual haze Galeno mencion en el.3. de victu acutorum com.3 y.4. al qual llamo auſte ro medianamente que es el eſtiptico, y eſte no mueue orinas, y conuiene a los cortimientos, y no es caliente como alli lo dize el Gale. antes conuiene a fiebres ephimeras y a inflammaciones de higado, como lo dize Auicena en la.3. del primero Doct.2. capitu.8. conuiene a la ſequia, daſe en lugar d agua cõforta eſtomago y tripas, no cufre agua porq̃ le hara perder ſu virtud, haze diſtribuyr el mãjar, es de menos calor de todos los vinos

ſtiptico Gal.3. de victu ac. cu. cõ. 3. & 4. Auic. 3. doc. 1. cap. 8. ſuchos

El

Gal. ibi dem & lib. de euchi. El vino que se dize absolutamente austero, este no estriñe fuertemente sino con moderacion: empero mucho mas que el estiptico del qual hezimos agora mencion, como lo dize el Galeno en el lugar allegado, y en el libro de euchimia y cachochimia, adonde dize. Que no es detã mal nutrimento, como el Acerbo opontico, del qual haremos abaxo mencion, porque conforta el estomago y tripas, y conuiene a los de complexion caliente, especialmente si es blanco: porque este resfria mucho. Empero el pontico que se dize apar de Galeno en el .3. de victu acutorum, acerbo es muy estreñido, es vino muy grueso de mal mantenimiento, duro de digestion, no prouoca vrina estriñe y aprieta el viẽtre, sube tarde a la cabeça. Empero conforta el estomago y celebro, es vtil para los q̃ beuen malas aguas, las quales por sumalicia descoloreã las caras, y para los que beuen muy frio y de nieue. Finalmente ningun genero de estos vinos conuiene por via de beuida

benida nutrimental ſino por via de remedio medicinal para cõfortar los miẽbros interiores, y para detener fluxos y corrimientos.

CAPITVLO doze. Del vino aromatico oloroſo, y del vino de mal olor e de ſus daños.

COmo dize el Galeno enel libro de Euchimia de mejor mantenimiẽto ſon los vinos aromaticos y oloroſos ſino que hieren la cabeça, empero para mouer vrina, ſon mejores los aguoſos y ſutiles, y no tocan la cabeça, empero cõuiene huyr en todo caſo de los vinos grueſſos e hidiondos, eſtreñidos inſuaues al guſto, porq̃ eſtos vinos de horrible olor, por ſu peſadumbre y peſsimo olor, dañan al celebro, y agrauan y hieren el ſentido, y offenden mucho las telas de los ſeſos, y engẽdrã vna maligna ſangre, eſpecial, ſi ſon vinos eſtreñidos,

empo el vino oloroſo aromatico, aunq̃ hiere la cabeça con preſteza, alimpia la ſangre de corrupcion, alegra el coraçõ, y confortale, engendra buena ſangre, clarificala, corrige la podredũbre, muene appetito de comer, es de veloz y preſta penetracion, y mientras mas oloroſo y aromatico y de mejor ſabor, tanto ſera mejor, cõ tal q̃ la ſuauidad del olor no le venga por parte de fuera. Conuiene a ſaber, por la vaſija en que eſta, eſpecial, ſi la talvaſija tiene almizcle, porque cauſara mucho dolor de cabeça. Eſto ſe entiende, quãdo deſpues del vino ya hecho le aromatizan con coſas oloroſas. Otra coſa es quãdo ſe cueze y conficiona en vaſijas lauadas cõ coſas oloroſas, En fin como dize el Auice. en la. 3. par. doctri. 2. cap. 7. Conuiene que el cõſeruador de la ſanidad beua vino de buen olor, y quanto el vino fuere de mejor olor y d̃ mejor ſabor, ſera mejor, Y que en general conuiene para el higado, excepto ſino fuere demaſiadamente calido:

Auic. 3. p. do. 2. c. 7.

do: y que el vino de olor siempre alegra y echa fuera la tristeza. Empero q̃ el vino sin olor ni aromaticidad es de ruyn nutrimento, no clarifica la sangre, ni cõforta el coraçõ, ni causa alegria, aumẽta los humores gruessos, y los humos y porẽde causa tristeza y descontẽto tarde, causa embriaguez, empero despues de causada con difficultad se desata.

CAPITVLO

13. del vino nueuo y de sus daños y a quienes haze mas daño.

EL vino nueuo que ha poco que se saco del lagar y se assento, tray muchos daños y males, porque como su parte gruessa y terrestre, no aya descendido, ni la parte de ayre subtil y humida, no se aya exhalado y subido a su lugar de arriba, esta turbio, y fecoso, y gruesso, y tiene poco calor y mucha humidad, gruessa y viscosa, por lo qual dixo Isac ẽ sus par. q̃ el vino nueuo es caliẽte

Isac di. par. c.

en primero grado, y porende declina a frialdad y humedad, por lo qual es mas indigestible e grueſſo, y de mas nutrimẽto que ninguno, engẽdra y cauſa muchas ventoſidades enel vientre y tripas, acarrea ſueños horribles, engendra mucha copia de eſperma, y porẽde incita mucho a luxuria, y por eſſo dixo Auicena enel. 20 del. 3. tract. 1. cap. 37. ſi ay coſa que tenga propriedad de engendrar eſperma, es el vino nueuo, tiene tambiẽ otro daño grãde, que cauſa opilaciones, eſpecialmente en los caños de la vrina, y como dixeron Auicena y Galeno enel libro de Euchima & cacoch. Conuiene huyr del vino añejo en demaſia y del vino nueuo, porque anſi el vno como el otro engendra ſangre feculẽta, turbia grueſſa, obſcura y vaporoſa. el muy añejo, calentando demaſiadamente y leuãtando vapores grueſos, el nueuo, porque al contrario no calienta nada, E porende no ſe haze aſsiento ni apartamiento de lo grueſſo y turbio, y de lo liquido y delgado, empero aquel

aquel vino se dira nueuo, que es recié assentado, y que a poco que se hizo por el contrario añexo se dira el de siete años, y es caliente en tercero grado, el que no es nueuo ni añexo sino mediano, el comun es el que va de dos años para quatro, y este es caliente en segundo grado, aunque en esta tierra el vino de ocho meses, y de vn año no es nueuo, y el de año y medio o de dos es añexo: y aun mas lo quiero restriñir que el vino que ya esta clarificado liquido y puro y no turbio. Ya se tiene por vino añexo alomenos no por nueuo, y ay naturalezas de vinos que presto se aclaran, y de que son ansi nueuos aclarados y puros y drafanos son mejores que de que se añexan, como son algunos vinos de los montes de Toledo, y del principio de la mancha, y estos son los que facilmente se azedan, y no los reprobo el Galeno, como paresce en el 5. 4. libro de sanitate tuenda. Finalmente el vino que ya esta muy bien apurado y muy aclarado, y que ha heruido sufficien

temente es bueno, el contrario que es nueuo es muy malo, y es causa de muchos daños, especial si con esto es dulce, es muy dañoso a personas frias y humedas, E sea regla general, que quáto el vino fuere mas calido menos es hnmedo y menos tiene de superfluydad, el que fuere menos calido mas sera humedo y mas terna de superfluydad: va prouecho solo tiene el vino nueuo que relaxa el vientre y mueue a camara, y si deste prouecho se priua tengase por vino pernicioso y mortal, fuera de estos daños, suele el vino nueuo causar camaras de sangre: las quales vienen por debilitacion del higado que se dizen en latin disenteria hepatica.

CAPITVLO catorze. Del vino añejo.

Anſi

ANSI como no aprouamos el vino nueuo por bueno, anſi ni al añejo, digo añejo, el que paſſa de quatro o cinco años, que eſte es en eſta tierra muy añejo. Digo eſto porque comunmente llamamos vino añejo al que no es nueuo: porque anſi le llamamos al de ocho meſes, y de vn año y de año y medio, y de dos años. Y eſtos vinos en realidad de verdad no ſon añejos ſino medios entre los añejos y nueuos, y de eſtos no tratamos agora, ſino delos que paſſan de quatro años y cinco, y eſte tal vino ſegun dize Auicena en la tercera del primero Doct. ſegunda capitul. 8. Es como coſa medicinal y de poco nutrimento cauſa los daños miſmos que el vino nueuo, porque haze impedimento en el higado y cauſa diſenteria hepatica, por la inflamacion que haze, y beuiendoſe poco de ello es vtil a las enfermedades delos nieruos, empero ſi mucho ſe beue es muy dañoſo a los nieruos eſpecial

Auic. 3 1. doct. 2 cap. 8.

a los que ſon flacos e debiles de neruios ſubtileza el vapor y humores grueſſos, calienta y deſeca en grado tercero, hiere el ſentido y celebro, y daña mucho a ſus telillas, ſubiendo ſe preſto a la cabeça, y al fin quita el ſueño y mata, como lo tray el Galeno enel. 2. de locis affectis en la hiſtoria del Grammatico, el qual de vna beuida de vino puro añejo, quedo perpetuamente ſin ſueño, y al fin murio con fiebre y deſuario: empero es bueno tomandoſe en mediana cantidad para los frios y humidos, para los que tienen copia de humores crudos y frios, como lo dixo Galeno en el libro attributo de vinis, perturba los ſentidos, y haze daño para la luxuria, porque deſeca y reſuelue el humor ſeminal: empero conforta la virtud expulſoria. Cocluyeſe de aqui, que el vino bueno es de media edad entre el nueuo y añejo de ſuſtancia diafano transparente, claro blanco, que tire vn poco a roxo, de ſuaue olor al guſto ni agro, ni dulce, ni amargo, ni que reſqueme, ni ſea como agua, ſi

G l. 2. de locis affectis

no

no de mediana fuerça ni de ſabor eſtipti
co o eſtreñido, tal vino ſuele ſer el de vn
año y poco mas.

CAPITVLO

quinze. De las aguas equales ſean
mejores para beuer.

LA agua ſegun que leemos en los au-
tores, eſpecialmente en Auicena en la *Auic.*
ſegunda del primero doct. 2. cap. 9. no es
mantenimiento ni puede mantener ſino
ſolamente es vehiculo o guia del mante-
nimiento, quiero dezir que tiene officio
de hazer paſſar el manjar, por todas las
partes del cuerpo, y por ende dixo el Ga- *Gale. 2.*
leno en el 2. de victu acutorum, la agua *de vict.*
no es manjar ni alimento, ſino compoſi- *acutor.*
cion del manjar, o que entra en la compo
ſicion del manjar, la razon es porque ni
en potencia propinqua ni en poten-
cia remota ſe puede conuertir en ſan-
gre, ni aſsimilarſe a miembros es fria
y humida, y ſegun dize el Galeno en el

Gal. 1. de sim. facult. primero de simplicium faculta. Es mas humida que fria, porque siempre se halla fria: pues muchas vezes esta caliente y hirviendo. Empero no por esso pierde su humidad: es necessaria en dos maneras. La primera manera porque lleua la comida por todo el cuerpo con su sutileza y liquor, y dissuelue y adelgaza el manjar para que pueda passar y penetrar por las venas y todas las de mas partes del cuerpo. La segunda manera, es necessaria: porque refresca y humedesce: y porende refrena el demasiado encendimiento del calor estraño, y no natural y tiempla la agudez del natural, y aplaca la sequia que se causa del tal encendimiento, y desata y deshaze los humos que se leuantan junto al coraçon, y conforta el calor natural con su actiuidad: La qual para ser buena deue tener dos condiciones, vna condicion de parte de su sustancia y essencia: y otra condicion de parte del lugar de donde mana, de parte de su essencia, deue ser

clara,

clara y trasparente diafana sin sabor, sin olor, sin color, subtil y liuiana: de manera que aquella agua que tuuiere estas condiciones sera la mejor, la que menos tuuiere dellas sera la peor, Conuiene principalmente, que el agua para ser buena sea en si muy clara y y diafana, porque la que fuere turbia como la de los rios que corren junto a las ciudades y poblados, es en gran manera muy mala, dañosa y ponçoñosa a la vida humana, esta tal conuiene que no tenga sabor, sino que sea al gusto simplicissima, e insipida, conuiene que no tenga en si ningun olor ni hedor, sino que carezca de todo olor bueno, o malo, cõuiene que no tẽga de si color, sino que sea del color del lugar donde esta. En fin su color natural, sea como de vidrio muy luzido y trasparente. Conuiene tambien que sea subtil y liuiana, por manera q̃ la agua q̃ mas liuiana fuere, essa sea la mejor, como lo dixo Hip. enlos Aph. Finalmẽte aquella

Hippo. aphor.

aquella es la mejor agua que cõ mas pre
ſteza reſcibe la impreſsion del ayre exte-
rior (conuiene a ſaber) la que mas preſto
ſe enfria o calienta, como lo dixo Hypp.
en el.5. de los apho. en el aphoriſmo. 27.
E para ſaber qual agua ſea mas ſubtil y
liuiana ſe ha de hazer eſta experien-
cia deueſe tomar vn lienço viejo y partir
ſe en dos partes yguales, de ſuerte que
no peſe mas la vna parte que la otra, mo
jenſe los dos paños o lienços partidos, el
vno en vna agua, y el otro en otra agua
differẽte y cuelguenſe los dos liẽços par-
tidos, en vn miſmo tiẽpo y en vn miſmo
lugar, y el paño que mas preſto ſe ſecare
y enxugare, eſſa agua es la mas ſubtil y
mejor. La otra condiciõ que ha de tener
el agua, es de parte del lugar dedõde na-
ſce, o por donde viene: porque la que
naſce enfrente del Oriente, eſſe allega o
ladea hazia el Septentrion, de ſuerte que
el viento euro o ſolano, y el cierço la me
neen y ſoplen ſera la mejor, la que naſce
enfrẽte del medio dia, es la peor, y la que
naſce

naſce enfrente de Septentrion, que es hazia cierço, es mediana en bondad, como lo dixo Hyppocrates en el libro de aere & aqua. Demas de eſto la que fuere de fuentes, es mejor que ninguna (conuiene a ſaber) que la de los rios, de lagunas, de eſtãques, de pozos, de ciſternas, y no deue ſer de qualeſquier fuentes ſino de las fuentes areniſcas, y llenas de guijas muy luzias y limpias, o por tierra muy limpia y ſin viſcoſidad, y mejor es la que viene por tierra limpia y ſimple, que no la que viene por piedras y peñas. Finalmente, como lo dizen Auicena en la. 2. del primero cap. 16. y Galeno. 1. de ſanitate tuenda, deue eſtar deſcubierta al ſol y al viento, E dixeron mas, q̃ la agua que paſſa por lodo es mejor que la que paſſa por peñas. La razon es porque el lodo alimpia a la agua y la laua de todas ſus ſuperfluydades, y de las coſas que ſe mezclaron con ella y la cuela, empero las piedras y peñas no hazen eſte effecto, eſto deueſe entender, quando el tal lodo

Hip.

Galen. 1. de ſanitate tuenda

no

no fuere d̃ ciẽo ni hieda, ni se a viscoso sino vn barro, o lodo arenisco, o negro simple

CAPITVLO

16. De las aguas lluuias, y de rios y pozos, y estãques, y de sus propriedades para se beuer.

Loco pluuiae. DESPVES de las aguas de las fuẽtes, son mejores segun leemos las aguas pluuias o llouedizas, y porẽde Isac en las particulares dietas, encomẽdo las aguas de los rios despues d̃ las aguas pluuias, y Auic. en la. 2: del. 1. Doct. 2. cap. 16. dixo q̃ de las aguas mas loables son las llouedizas, especial las q̃ se recogẽ en tiẽpo de estio, y q̃ vienen con truenos e relãpagos, y dixo mas abaxo, q̃ son aguas cõuenibles y que no les falta cõdiciõ para ser escogidas. Lo mismo dixo Hyppocrates en los libros de aere & aquis. Empero Gal. 4. de sani. tuẽ. hablãdo del, apomeli, reprouo la agua lluuia: pero entiendese pa la cõposicion del apomeli, aunq̃ la aprouo pa la agua miel q̃ se dize mul

Isac.

Auic. 2. doct. cap. 16.

Hyp. lib. de aere et aq.

sa,

Finalmẽte de ſuyo ſon muy buenas por q̃ ſe engẽdrã del vapor ſubtil d̃ las aguas de los rios y de otras coſas humedas, el qual vapor ſe alça a la media region del ayre por el calor del ſol, empero con la frialdad del ayre ſe eſpeſa en nube y cae hecho vna agua de muy ſubtil y delicada ſubſtãcia, y porẽde ſe corrõpe y hiede mas preſto, y no es eſto ſeñal de mala agua ſino de buena: pues ſi cõ preſteza ſe corrõpe, es porq̃ es tã delgada y ſubtil, y porq̃ es tã facil de corrupciõ es mala para los q̃ ſuelẽ preſto caer en fiebres o calenturas de humores podridos, como lo dixo Raſ. enel. 3. del almãſor. c. 4. y ſegũ el *Raſ. 3. ac Al- ui. c. 4.* y otros por la miſma razõ daña al pecho y enrõqueſce la voz, eſpecialmẽte ſi la tal agua ſe mezcla con coſas malas, las quales le cauſan mal olor, Empero por eſſo las aguas pluuias, tienen tan preſto mal olor y ſe corrõpẽ porq̃ ſon cõgregadas d̃ diuerſas aguas e diuerſas ſubſtãcias humedas, tras eſtas en bõdad ſõ ſegũdas las de los rios, conuiene a ſaber aquellas aguas

ojo

aguas de rios que eſtan mas remotas de los pueblos y ciudades y mas allegadas a ſu origen, donde naſcen, y las que corren por arenas y piedras, y mejores las que corren por piedras, porque ſalen mas ſa cudidas, y con el golpear ſe adelgazan y atenuan, mas eſto ſe entiẽde en los rios, porque ya diximos que la agua de fuentes mejor es que corra por barro areniſco que no por piedras, por la cauſa y razon que ay truximos, empero las aguas de rios que eſtan junto a ciudades ſon muy malas, eſpecial deſpues de auer llouido, porque ſe enturbian y paran vermejas, la cauſa porque ſon malas, es por que echan en ellas coſas mortezinas e hidiondas, y lauan todos los paños ſuzios, y echan muchas ſuperfluydades, y porende ſe deue huyr. Finalmẽte ſon aguas grueſſas y turbias porq̃ tienen enſi mezclada mucha tierra y arena, y porende ſon cauſa de opilaciones en higado y bi ço y riñones y de piedra de vexiga, anſi lo dixo Raſis en el 3. de Almãſor. cap. 4.

y ha-

y haliabas en el.5.de su theorica, empe
ro si para beuer no se hallare otra agua
beuase con poluos de bolarmenico, o
de espodio, si los que vuieren de beuer
las tales aguas fuerẽ colericos y moços
de calida complexiõ, empero si fueren
viejos o frios flematicos, beuan la con
almendras dulces y con harina de tri-
go, como lo mando Isac en las particu
lares dietas, empero tambien sera vtil
beuer las tales aguas con vino blanco
delgado muy aclarado, o cuelese por
vn coladero de harina de tortas moja-
do, como lo dixo Rasis en el.6.de almã
sor cap.12.empero para si no se pueden
hallar otras aguas sino turbias se pone
vna manera para las clarificar tomen
vna mecha grande torcida de lana, y la
vna extremidad de esta mecha cayga
en vn vaso del agua, y la otra extremi-
dad en vn vaso vazio, y ansi poco a po-
co se destilara la agua clarificada en el
vaso vazio: tras las aguas de los rios son
malas las aguas de los pozos, y las que

Ras. 6. ad cap. 12.

vienen debaxo de tierra por alcaduces, eſpecial ſi los tales alcaduces ſon de plomo, porque tomã la mala qualidad del plomo, y cauſan camaras de ſangre, como dize Auicena enla. 2. del. 1. Doct. 2. cap. 16. Porque dize, q̃ las aguas de los pozos y d̃ los alcaduzes ſon vnas aguas muy eſtrechadas, y que por largo tiempo hã adquirido vna ſubſtancia de tierra groſſa, y que porende no es poſsible ſino que tienen enſi corrupcion y putrefacion, En fin como lo dize Auicena en el lugar allegado, las aguas que no corren ſino que ſe eſtan quietas, no ſon vtiles al eſtomago y mas abaxo, *cũ aqua non currit procul dubio, &c.* Quiere dezir, como la agua no corra, ſin dubda ay en ella alguna peſadumbre, y aun a caſo en muchas aguas, anſi de eſta manera detenidas, ay alguna eſtipticidad y ſe conuierte para eſcallentar, y porende no ſon vtiles para los que tienen fiebres o calenturas, ni para los que abundan de colera, eſto dixo Auicena, por lo qual las aguas de los algibes ni de las ciſter-

ic.

Auice. 2. 1. doc. 2. cap. 16.

ac.

cisternas, aunque sean de aguas llouedi
zas, no son cõuenibles, porque como lo
dize Isac enlas particulares die. como se Ysac.
detengan por mucho tiempo resciben
vna mala qualidad y humosidad dla tier
ra, aunque comunmente se alabẽ las ta
les aguas, y las aprueuen muchos medi
cos, los quales verdaderamẽte no lo son
porq̃ no differẽ de los vulgares, pues no
mandã dar otras aguas sino la de los al
gibes y cisternas a los q̃ tienen calentu
ras, lo qual mãdan ignorantemẽte, por
que ni leen los libros, ni los auctores, y
no leen mas de ciertas receptas que ha
llan escriptas, los quales no quieren ser
medicos, mas d̃ por ganar, y ansi mas se
dã a estudiar palabras y cautelas pa po
der atraer los enfermos assi, q̃ pa curar
los, Digo pues q̃ si leyessen lo q̃ el Auice Auic.
na dize, y todos los demas auctores, no
mãdariã beuer las tales aguas a los q̃ pa
descẽ calẽturas. Por la misma razon son
muy malas las aguas de los estanques,
y mucho peores que ningunas, como

lo dixo Auicena en el mismo lugar allegado, y Rasis en el. 3. de Almansor cap. 4. porque se detiene mas que ninguna agua, y esta mas sin mouimiento y se esta quieramente en sus manantiales, y porende es peor que la de los pozos, acrescienta el baço, augmenta las calenturas de humores podridos porque esta en agujeros de tierras podridas y hidiondas, emana con muy lento mouimiento, al fin causa opilaciones en higado y baço y colera roxa, como lo dixo el Galeno en el libro de bonitate aque.

Ras. 3. ad al.

Galen lib. de bonita. aque.

CAPITVLO

17. De la agua caliente y tibia y de la cozida.

COMO todos los extremos sean viciosos, la agua actualmente calida es mala, ansi como la muy fria actualmente: Por manera que no se sigue que porq̃ la agua muy fria es mala, por

por esso la muy caliente es buena, sino que ansi la vna como la otra es mala, y no solamente es mala la agua caliente actualmete. Empero y la que es calien te en virtud como la agua salada, o la agua aluminosa. Digamos pues del agua actualmente calida, que no es conuenible antes es dañosa, como lo dixo Auicena en el.2.del.1.Doct.2. capit.16. pues dixo. *Aqua calida digestionem corrumpit, facit natare cibum neque illico extinguit sitim, &c.* Dize la agua calida corrompe la digestiõ, haze nadar la comida y no mata luego la sequia, y algunas vezes acarrea hipodresia y hetica, y cõsume el cuerpo, y dixo mas abaxo, que quando esta tibia causa ascos, empero quando estuuiere calida y si se beuiere en ayunas laua el estomago y relaxa el vientre, y que es malo beuerla de cõtino, porque debilita el la virtud, pero la que estuuiere muy calida muchas vezes resuelue la colica passion y quita la ventosidad del baço, empero

la tibia, no se deue beuer, porq̃ resuelue la virtud dl estomago ansi como la fria la estriñe. Esto dixo Auicen. enel. 1. del 4. c. 26. y por esso dixo el Galen. enel. 1. ad Glauconẽ. que toda cosa tibia es relaxadora y desata el vientre, y porende la agua se deue beuer moderadamente fria, Empero por via de remedio medicinal, suele conuenir la caliẽte en los vomitos de colera, y enla gota artetica, pero su vso no deue ser frequente, ni mas ni menos se deuen huyr las aguas saladas, porque hazen enmagrescer y desecã. Y aunque al principio paresce que hazen correr el vientre por la virtud q̃ tienẽ de raer las tripas y estomago, despues al cabo aprietã el viẽtre por su natural sequedad corrompẽ la sangre, causan sarna y comezõ, como lo dixo Auic. enel. 2. del. 1. c. allegado. Tambiẽ son malas las aguas aluminosas, porque detienen las reglas de las mugeres, y las almorranas, y presto causan ñebres y calenturas en los calidos y colericos. Tãpoco

Auic. 1. 4. 6. 26.

L. 1. ad gla.

Auic. 2. 1.

poco se deue beuer aguas azeradas, sino por via de remedio para detener fluxo de camaras, o sangre, y para los que tienen baço. Empero el agua cozida, y despues enfriada, es vtil, porque como dize Auicena enel mismo lugar, la decoction corrige y rectifica la malicia de la agua, porque le quita la espessura que tiene por razon del frio, y la haze penetrar, y finalmente la torna mas clara y pura, porque haze descendir las cosas gruessas y terrestres que tiene mezcladas. La agua que se ha de cozer para los enfermos, ha de ser, la de fuente, o cisterna, o rio, porq̃ la del pozo hase de huyr como mala. Finalmente el cozimiento aclara y purifica la agua, resuelue la ventosidad, haze descendir al suelo de la vasija las cosas gruessas y terrestres. Y por ende, como lo dixo Galeno sobre el. 6. de las Epidemias, deue despues de cozida ponerse a resfriar y reposar, para q̃ poco a poco descienda las cosas gruessas y terrestres. Gal 6. Epide.

CAPITVLO

18. De la aloxa, cerueza y sidra, clarea.

oxa ãhigua

LA aloxa es cierto genero de agua miel q̃ se haze con especias calientes, beuese en tiempo de estio, porque dizen que refresca, y no se engañan mucho en ello, porque aunque sea verdad que por parte de las especias y la miel calienta, empero por la mucha porciõ de agua refresca, y las especias hazẽ penetrar la agua por todo el cuerpo, por que abren los caños y poros del cuerpo, y ansi casualmẽte y de per accidens refrescan, aunque de suyo calienten. Y hallase por experiencia en la aloxa, y ansi el Galen. en el. 4. de sanitate tuenda, hablando del apomeli, que es como aloxa hecho de agua y de la miel, que sale por cozimiento de los panares, dixo. *Apomeli optimum tota state bibitur refrigerantis vice*. Dixo que aquella manera de aloxa q̃ se dize apomeli se beue

Gal. 4 de sanita. tue. apomeli.

beue por el eſtio para refreſcar, de aqui ſe infiere, que es coſtũbre antigua beuer en el eſtio la aloxa para refreſcar, porque como dize el miſmo en el. 2. de compoſicione ſecũdum locos. Muchas coſas ay que de ſuyo ſon dañoſas para alguna enfermedad, empero caſualmẽte hazen prouecho, Como quãdo en la freneſia ſe pone el defenſiuo de azeyte roſado y vinagre ſiendo el vinagre tan mordaz y dañoſo para qualquiera inflamaciõ, empero dize que porque es ſubtil y aperitiuo haze prouecho porq̃ haze que el azeyte roſado penetre haſta el celebro y ſus tunicas, y anſi vulgarmente ſe dize, eſpecial entre labradores y ruſticos, y aũ entre otras perſonas de mas quilates, que el ajo calienta en inuierno, y refreſca en el eſtio y que lo hallan por experiencia: lo qual aun no careſce de razon y auctoridad, porque como dize el Galeno en el. 6. delas epidemias com. 2. ſobre aquel texto que comiença, *humorem alium non pro-* *Gal. ibi dem.*

deuntem educere. &c. Assi como el golpe de la agua fria sana al tethano, o espasmo que es vna enfermedad fria por causa de reuocar a dentro el calor natural, assi de la misma manera ay otras cosas calientes, las quales aunque de suyo seã calientes, empero refrescan accidentalmente, porq̃ despiden y hazen euaporar a fuera el vapor fogoso, entre las quales cosas calidas se puede poner por exemplo el ajo, pues comido por estio en cuerpos robustos haze euaporar y salir a fuera el calor fuerte del estio, por lo qual dixo el Galeno. 12. del meth. que no causa sed, parende no se deue tener en poco el parescer de muchos, sino considerarlo. Pues luego boluiendo a lo del agua miel de especias que se dize aloxa, deziamos segun comunmente se experimenta, que refresca en el estio, assi porque con sus especias calientes haze salir a fuera el calor del estio, como porque tiene mucha porcion de agua: la qual es lleua

Gal. 12 met. c. 8.

lleuada por todo el cuerpo por sus es-
pecias. Empero entiendese en cuerpos
libres de opilaciones y sanos, y mas
en flematicos y frios y viejos, que en
colericos y calientes y moços, engen-
dra ventosidad aunque poca, y por
razon de las especias y miel acrescien-
ta la colera. La clarea que en latin clarea
se dize, *vinum mulsum*, y en griego
ænomeli, segun Dioscorides, hazese Dioscor.
de vino añejo y austero y de muy bue- hazer clarea
na miel, hincha algun tanto, prouo-
ca vrina y por esso es dañosa beuida
despues de los manjares, hazese con
dos partes de vino, y vna de miel,
y ponese al fuego hasta que alçe her-
uor, y luego se guarda en otros va-
sos, da buen mantenimiento al cuer-
po differe del vino llamado hyppo-
cras, porque este se prepara con açucar
y el otro con miel, aunque ansi el vno
como el otro lleua cancla. En fin cō-
mo lo dize el Galeno quinto de sanitate Galen.
tuēda, todo vino hecho cō miel es muy de sani.

conue

Gal. 5. de sani. cerueza.

conuenible a los viejos, especial si ay sospecha de piedra, de riñones y vexiga, y de gota arterica. Cerueza no es como algunos piensan, la que Dioscorides llama zytho, que es cierto breuaje que se haze de ceuada, y algunas vezes de trigo, mas es cierta poció que se haze algunas vezes de miel, y esta tal cerueza hincha y opila higado y baço, otras vezes se haze de passas, y esta asienta el estomago, otras vezes de higos, y esta hincha y espele los humores, y otras vezes de dactiles, y esta engendray causa humores grueſſos y muchos, offende el sentido y enciende los humores, y estas son las maneras de la cerueza, porque, el zitho, antes se cuenta entre los vinos, y hazese como digo, vnas vezes de ceuada, y otras vezes de trigo, cuezese con flores de lupulos, y por ende causa piedra en riñones y vexiga, porque como el cozimiento del grano sea grueſſo, y el lupulo sea abridor, penetra hasta los riñones y vexiga, adonde

de cauſa piedra, embriaga, daña a la cabeça, engendra viento, y vicioſos humores, y lepra, pareſceſe la cerueza no ſer el zitho de Dioſcorides, por lo que dixo el Italiano en ſu perque anſi.

La ceruoſa del mele e inflatiua
Ventoſa melza e fegato opila
Ma de vua paſsa el eſtomaco reſila
Deſichi enfia e cazza via gli humori
De datari fa humori multo groſsi
La mente offende e gli humori ſi faroſsi
Vin fatti de gran dorgio non ſon boni
Fan mali humori e ſon a pardir dure
Reſtringen el fegato e petraſano pure.

Empero la beuida llamada ſidra, que ſe haze de mançanas en Vizcaya, refreſca ſobre manera: empero es muy vētoſa, ay otros generos de beuidas dulces, como vinos que dizen cozidos, malua ſia, empero todos ſe reduzen al genero de vinos dulces, de los quales diximos arriba.

Capitu.

CAPITVLO

19. Que se deua hazer despues de comer o beuer, para que la comida y beuida se digiera.

NO basta comer el manjar y colar la beuida, sino que es necessario q̃ despues de comido y beuido se digiera, por manera que la digestion se ordena para la nutricion, y la nutricion para la vida, porq̃ como lo dize Gal. en el. 5. del methodo, no se haze distribuciõ por todo el cuerpo, porque la comida y beuida se cuele por la gula al estomago, sino por la digestiõ q̃ se obra en el estomago e higado, y porẽde cõ todo estudio y diligẽcia se deue procurar q̃ la digestiõ se haga y se perficione, por lo qual despues de comer y beuer deuemos andar e passearnos vn poco, hasta en tãto q̃ la comida descieda al lugar de la digestiõ y despues de auer descẽdido, no se deue andar mas sino estar cõ quietud y sossiego porq̃ la quiete y sossiegue, es causa q̃ el calor

Gal. 5 metho.

calor natural ſe recoxa de a fuera para dentro, y ſe obre muy bien la digeſtion y por eſſo dixo Auicen. enel. 13. del. 3. tra &a. 3. ca. 1. *cibus indiget quiete & ſomno vſq3 quo bona fiat digeſtio.* Quiere dezir, el manjar tiene neceſsidad de quiete y ſueño, hasta que ſe haga buena digeſtion, pero q̃ luego deſpues de la comida ſe aya de hazer algun mouimiẽto, el miſmo Auicena lo mando enla. 3. del. 1. Doct. 2. cap. 7. y Raſ. en el. 25. del continente cap. 1. a donde dixo, *dixit, Tabri, poſt cibum debes ambulare per centum paſſus, &c.* Quiere dezir deſpues del manjar deues andar cíẽ paſſos, y has de declinarte hazia el lado yzquierdo, euitãdo deſpues de comer el vaño, la caualleria, Porque el fuerte mouimiento deſpues del manjar y los accidentes del animo, y el eſtudio hazen y cauſan putrefacion y corrupcion. Finalmẽte el mouimiento pequeño deſpues del mãjar cõforta el eſtomago ſobre la digeſtiõ prouoca orina, mueue a camara, y haze que el hombre tenga apetito

Auic. 13 tra. 3. ca. 1.

Raſ. 25 con. ca. 1.

de

de cenar como lodixo Rasis enel lugar alegado por authoridad de Rufo. Lo mismo dixo Galeno enel. 2. libro de cõ positione secundum locos, ansi. *Cæterũ ante cibum quidem pluribus de ambulationibus & vtendum, post acceptum vero cibum breuibus & lentis.* Quiso dezir antes dela comida, o manjar, deuemos vsar mucho passeo, empero despues hemos de vsar de poquito passeo y blando, o perezoso y quieto. Lo mismo dxo enel. 6. de Sanitate tuenda, ansi. *Si caput sit repletum fuccurrendum de ambulationibus maxime ante cibum, nil vetat quin & post cibum cæterũ has quidem lentas esse oportet, illas his celeriores.*

TRACTADO del vso de las mugeres, y como sea dañoso, y como prouechoso, y que cosas se ayan de hazer para la tentacion de la carne, y del sueño y vaños.

CAPITVLO

1. En el qual se declara, que cosa sea el coyto, o acto venereo, y si la delectacion del tal acto sea mayor en la muger que en el varon

MVCHOS aura q̃ me quieran reprehender de deshonesto y torpe porque quiero tratar de esta materia, Empero como dize Aristoteles en los topicos, cosa es de locura y temeridad congoxarse el hombre, porq̃ qualquiera affir

me lo que es cõtrario a los dichos delos sabios, especialmente cõtra lo que es natural, y para algũos necessario, Assi que como del tal acto se sigua no pequeña vtilidad, vsandose bien como deue pa la salud del cuerpo y conseruacion de la generacion, pareciome no dexar de dezir y tractar algo dello, y digo segun el conciliador differencia. 124. que el coyto o obra de engendrar, no es otra cosa sino vn ayuntamiento del macho y hembra en los miembros de la generacion, con el qual se expelle lo superfluo de la postrera digestion, ordenado para la conseruacion del individuo y especie, y como el fin de este acto sea en dos maneras. El vno y mas principal para la generacion y multiplicacion del linage, y el otro necessario para la salud del cuerpo y gouernacion y regimiento del, no tractaremos del sino en quanto toca para este segundo fin o intento, aunq̃ a cerca de algunos y de muchos fin

fin

fin no ſea ſino para ſola la delectacion y deleyte de la tal obra, empero porque eſta delectacion, no es ſino para que mediante ella ſe continue la generacion, y no para que ſea fin, por eſſo no tractaremos de ello ſino en quanto toca para la gouernacion y ſalud del cuerpo: el qual ſea honeſto y concedido de los catholicos, el qual es neceſſario entre marido y muger, Y ha ſe de aduertir que en el exceſſo que ſe haze en eſta obra de generacion ſe cometen muy grandes y graues errores, aſſi en el cuerpo, como en la anima, porque muchos no ſaben en quantos diſcrimines y peligros caygan los que arrienda ſuelta ſe dan a eſta delectacion, lo qual entenderan ſi del todo leyeren eſte mi tractado, ſi tienen cuydado y auiſo de procurar mas de la ſalud de ſu anima y cuerpo, que no de ſu vehemente delectació, aunque ſea de muy hermoſa muger, la qual por auentura

es insaciable, como las demas mugeres las quales naturalmente son de apetito insaciable, pues como dize Salamon en el treynta y nueue de sus prouerbios, tres cosas son que nunca se hartan, la boca del infierno, la vulua, el fuego. El qual paresçer fue de Aristoteles en el. 4. de sus problemas en el problema. 26. especialmẽte son de apetito insaciable. Las donzellas que estan en su iuuẽtud, la causa es, porque tienen los orificios angostos y estrechos, mas q̃ las de mayor edad, y tienen menos humedad, la qual como sea compellida a salir cõ la fricaçion del coyto, y por ser poca no salga, mas antes se quede en los orificios y vias de la matriz, es necessario q̃ se enfrie y quiera ser expellida y alançada otra vez, por lo qual ay gran apetito de mas fricaciõ para que salga fuera y sea expellida, y porende no ay para que alguno contienda y porfie con ellas para poderlas satisfazer y vencer porque son de apetito insaciable, y mas luxu-

luxuriosas que los varones. Y por esso dixo Ouidio en el libro de arte amādi.

Mollibus in pratis admugit femina tauro
Femina cornipedi semper adhinnit equo
Fortior in nobis nec tam furiosa libido est
Legitimum finem flamma virilis habet.

Dize, q enlos blandos prados la vaca con su bramido llama al toro, y que la yegua siempre llama al cauallo con su relincho, empero que en nosotros es mas fuerte la luxuria, aunq̄ no tā furiosa, y que el encendimiento de luxuria tiene fin y termino en el varon, empero no en la muger, este parescer fue de Auicena en el. 21. del. 3. cap. 2. adonde dize, *multiplicatur delectatio mulierum in coitu super delectationem virorum &c.* Adonde dize, que en el coyto o ayuntamiento venereo se augmēta el apetito y delectació de las mugeres mas que en los varones, assi por la fricacion que haze el varon, cōmo por el mouimiento de

la matriz, lo mismo dixo Aristoteles ē el 9. de animalibus, y Haliabas en el 5. de sus theoricas. Empero es opinion de algunos, que el apetito o luxuria de las mugeres es mayor extensiuamente, y que en los varones es mayor intensiuamente. Quieren dezir por mas claros terminos, que la delectacion de las mugeres, dura mas tiempo que en los varones, empero que no es de tanta vehemencia y encendimiento, al contrario en los varones, pues el apetito se les acaba presto, e dura menos que en las mugeres, empero que en el tiempo que son tentados, tienen mayor furia y encendimiento, pero que sea lo vno, que sea lo otro, no deuen los varones porfiar en satisfazer y vencer los apetitos de las tales mugeres, sino quieren incurrir en diuersas enfermedades, especialmēte si los varones de su naturaleza no son habiles y aptos para la tal obra, como despues diremos.

Capi.

CAPITVLO

2. En el qual se declaran las vtilidades y prouechos que se siguen del moderado ayuntamiento con las mugeres, y delos daños y males que se siguen de dexar la tal obra, a los que estan acostumbrados a ella.

EN este capitulo no vēgā los religiosos y castos, por dos razones. La vna porq̄ no son acostūbrados al ayūtamiēto de las mugeres. La otra, porq̄ son tēplados y ayunā, y se guardan de cosas q̄ promueuen a luxuria, especialmente se guardā del vino, en el q̄l como lo dize el Apostol, está la luxuria, porq̄ esto q̄ escreuimos en este capitulo, es para los q̄ vsan de vīno copiosamēte, para los que comen muchos y delicados mājares, y vsan de cosas q̄ ỹritan a luxuria, y finalmēte pa los q̄ estā acostūbrados al tal exercicio đ luxuria, porq̄ si estos tales de xarē esta costūbre, y jūtamente no dexaren la vīda ociosa y holgada y los manjares

lares muchos y guſtoſos, entiendá que les ſuccederan todos los daños q̃ eſcriuio Haliabbas en el. 5. de ſu theorica cap. 36. adõde dize, que ſi eſta ſuperfluydad de ſimiente ſe dexa acrefcentar en los vaſos ſeminarios, y no ſe expelle y alança por coyto, ni la naturaleza la pudiere expeller cauſar ſeha ẽ los tales lugares hinchazon, peſadumbre en todo el cuerpo, y muchas vezes la tal ſuperfluydad detenida ſe eſcalentara mucho dentro en ſus vaſos, y ſe cauſara fiebre o calentura, porque los miembros genitales y ſus cercanos ſe encenderan o excalentaran continuamẽte haſta q̃ el calor allegue al coraçon, y algunas vezes el vapor de la tal ſuperfluydad, ſube haſta el celebro adonde engendra muy malas enfermedades, y dixo mas abaxo, que ſi el que es acoſtumbrado dexare el tal ayuntamiento ſe le hara el ſentido voto y entorpeſcido, y el ingenio y entendimiento ſe le ofuſcara y ſuccederle ha peſadumbre de cabeça, eſcu-

reſcer-

reſcerſe le ha la viſta, diſminuyrſe le ha la gana del comer, y algunas vezes ſe le mudara ſu natural complexion, y de ſubirſe el vapor del eſperma a la cabeça ſe cauſara melancolia mania, pararſe le ha el cuerpo frio y muchas vezes le ſuc cedera temblor en los hijares, difficultad de Anhelito, y muchas vezes Eſcotomia y a caſo, como dixo Hali Rodoã, la tal ſuperfluydad de eſperma ſe torna veneno o ponçoña biuorezna, como acaeſce a las biudas y a muchos varones que lo dexaron, los quales murierõ repentinamente, lo miſmo dixo Auicena enla primera del. 3. tractatu. 5. cap. 8. y en los canticos dixo, *cuius commẽdatur iuuentus quatenus per eum a nocumentis pernitiosis liberantur.* Lo miſmo Galeno en el *6. de locis affectis*, adonde encomẽdo mucho la expulſion dela tal ſuperfluydad, porque dize, que por el ſe eſcaparan de muy fuertes enfermedades, adonde dixo que conoſcio a muchos, los quales por apartarſe del tal acto ſe enfriaron

e incurrieron en gran triſteza, y en eſtra
ños penſamientos, entiendeſe delos que
primero lo acoſtũbrarõ, y truxo por exẽ
plo a Diogenes el qual no quiſo muger
alguna por deleyte ni contento ſino por
conſeruacion de ſu ſalud. Porende co
mo lo affirma Almanſor en ſu lib. 4. ca-
pitul 6. El coyto moderado deſcarga y
aliuiana el cuerpo repleto, alegra el ani-
mo, aplaca la yra, quita penſamientos,
aliuia la cabeça y los ſentidos, lo miſmo
dixo Ariſtoteles en el. 30 de los proble-
mas, proble. 1. y Auerroes en el. 6. de ſu
colliget y Galeno, el qual es ſobre todos
en el. 6. de ſanit. tuen. adõde dixo, que en
las diſpoſiciones đ mucha y calida ſimiẽ
te, no cõuiene del todo apartarſe del coy
to, Empero no es licito eſto para los ca
tolicos que no ſon caſados, y por eſſo di-
xo el Apoſtol. 1. ad chorinthios, *qui non ſe*
continent uxorent, quiere dezir, q los que no
puede ſer cõmetes y caſtos que ſe calen,
empero los q no quieren caſarſe, o los q
no lo puedẽ hazer, como ſõ los ſacerdo-

tes

tes y religiosos, puede muy bie guardar
se sin offensa de su salud, huyendo y apar-
tandose delas cosas q̃ irritan a luxuria, las
q̃les diremos en los capitulos q̃ le siguẽ.

CAPITVLO

3. Delos daños y males del superfluo vso del coyto y luxuria.

MVcho mayores son los daños y do
cumẽtos del superfluo vso de la lu-
xuria q̃ prouechos del moderado vso de
ella, porq̃ aunq̃ como arriba diximos, el
vso moderado del tal exercicio sea apro
uado pa cõseruaciõ del cuerpo robusto
y juuenil empo sise haze dsmoderadamẽ
te y cõ mucha frequẽcia es destable vi-
cio y costũbre, porq̃ no solo es obra da-
ñosa pa algunas partes del cuerpo, em-
pero tãbien pa todo el cuerpo, en vni
uersal, primeramente haze daño a la vi
sta, assi como el demasiado vino, lo qual
dixerõ Auic. en el 3. del 3. c. 4. Rasis. en
el 4. ad Almans. capitulo. 16 y Aristo.
el 4. libro de sus problemas. problem. 2.

haze

haze tambien daño a los neruios y al eſtomago, y a las mugeres que hã mal parido, o hecho aborto, y a los que tienen dolor en las ancas, como lo dixo Ariſtoteles en el lugar allegado, y Auicena en la. 13 del. 3. capitulo vltimo del primer tractado, porque todos puſierõ por muy buen remedio dexar las mugeres para la flaqueza del eſtomago, pues dixo Ariſtoteles en el. 4. de ſus problemas. problema. 4. que el demaſiado coyto enfria el eſtomago y le deſeca. Finalmẽte acarrea preſto abreuia la vida: lo qual como dize Ariſtoteles ſe pareſce por los gorriones, los quales el frequente vſo de la luxuria biuen poco tiempo, pues no viuẽ mas de vn año lo qual ſe pareſce, porque ſon muy pocos los gorriones que tienen negro el papo, pues la tal negregura es ſeñal de vejez en ellos, porque como el dize, en el. 4. de ſus problemas proble. 21. Los q̃ mucho ſe dã a eſte deleyte y vicio ſe enflueluen y ſe tornan flacos, y caen en varias

rias enfermedades y dolores, enfriaſe les el cuerpo, mortificaſeles la virtud y el calor natural, la cauſa es porque por la tal obra ſe euacua el mantenimiento y ſubſtácia de los miembros, que ſe dize poſtrera digeſtion, pues al guſto de la tal delectacion ſe derrama no poca copia de los eſpiritus vitales y naturales. Finalmẽte haze incurrir en etica, porque la euacuaciõ que ſe haze por coyto, no es de la manera de las demas euacuaciones que ſe hazen por ſudor, o orina, o eſcopeçina, o ſus ſemejantes, ſino es vna euacuacion de pura ſubſtancia y de alimẽto vltimado y loable de los miembros. Finalmente la tal humedad de eſperma es de la mas clara y pura ſangre de las arterias de la qual ſe alientan los miembros principales, por lo qual los que vſan demaſiadamente eſte acto y exercicio, ſalẽ deſcoloridos y flacos, mas que ſi quarenta vezes ſe ſacaſſen otra tata cantidad de ſangre, como lo dize Haliabas en el. 5. de ſu theo- Haliab.
rica

rica cap. 36. por lo qual los q̃ tienen mu geres muy hermosas, guardẽse y aduier ta quãto pueden errar si se dã a ellas en demasia, porq̃ a bien librar vernã en la vejez a tener gota artetica, perlesia, mal de neruios, como lo dixo Hippo. 6. aph. y Gal. ẽ sus com. y Raf. en el libro de las diuisiones cap. 120.

CAPITVLO 4.

En el qual se demuestra que tiempo del año sea dañoso para el coyto y aque complexiones mas dañe.

COMO dixo Haliabas en el. 5. de su theorica, todos los hombres de fria y seca complexion, en especial si tie nen los compañones o testiculos de esta complexion, y los melãcolicos magros, secos, flacos, delgados, d̃ vn color verde y blãco, o de vn color encendido, como de açafran, son inepros e inhabiles para el coyto, porque todos los d̃ esta suer te tienen poca simiente, y si se dan al tal

acto

actorse debilitaran, y su calor natural se apocara, y sus neruios se relaxaran, y les sobreuerna temblor y dolor en el coraçon, defecto de gana de comer, gotarretica, paision de pecho y pulmones, y si mucho le vsaren consumirse han, y vernales espasmo. Finalmente se haran viejos antes de tiempo. Lo qual dixo Auicena en sus canticos en el texto del commentario. 19. pues dixo, *coitus nequaquam conceditur macris, senibus, aut debilibus*, lo mismo dixo Auerroes en el quinto de su colliget, y por esso dixo Rasis en el quarto de Almansor capitulo diez y siete, adonde affirmo que todos los magros se guarden del coyto, como del enemigo, y los que son conualescientes de enfermedad, los de neruios flacos, y los que tienen flaqueza de estomago, y los que tienen poca gana de comer, y los que tiene piedra de vexiga y riñones, especialmente se deuen guardar del en tiempo de octoño, por que es tiempo desigual, y que declina

a seque-

a sequedad y frialdad, y es tiempo mortal, como lo dixo Galeno en el 3. de los aphorismos aph. 23. y Aristoteles en el principio de sus proble. problema. 27. semejantemente se deuen guardar en el estio aunque no tanto como en el otoño, empero mas osadamente le pueden vsar en el inuierno y verano, al menos en el verano, porque en tal tiempo las fuerças corporales estan mas robustas, y entre las complexiones, mas facilmente que todos toleran el coyto los hombres templados que declinan a calientes y humedos, y tras estos los humedos y los flematicos, pero muy mal los secos, y mucho peor los secos y frios.

CAPITVLO

5. A que cõplexiones y naturalezas de hombres mas conuega el coyto moderado, y a quiẽ menos haga daño el desmoderado y desordenado, y q̃ hõbres seã aptos para casados, y q̃ hõbres no.

Por

POrque no pocos hombres, los quales a ſu pareſcer eran robuſtos y biẽ acomplexionados para el debito quotidiano, empero deſpues de caſados dende a pocos dias por el quotidiano vſo de la luxuria perdieron el color y ſe enflaqueſcieron y tornaron magros, y enfermaron, y no pocos murieron, por euitar no les vengã y acaezcan eſtos daños, e inconuenientes, tengo por bien de poner ciertos auiſos, para que de oy mas no incurran en ellos, y para que entre ſi tomẽ pareſcer ſiſe podrã caſar ſin detrimẽto d ſu ſalud, y para q̃ no ſe engañen pẽſando q̃ ſon fuertes y baſtantes para eſte quotidiano debito. Pues ſea el primero auiſo, q̃ todos aq̃llos q̃ fueren de cuerpos robuſtos y grueſſos, y d mucha ſangre, y q̃ tienẽ venas anchas, y q̃ ſon colorados, o de color rubicundo, y que tienen muchos pelos y vello, y que ſon caliẽtes y humidos, todos eſtos ſon abiles y promptos al coyto, y por el conſiguiente para ſer caſados, como lo dixo

Galeno en el . 6 . de ſanitate tuenda , y Ariſtoteles en el . 4 . de ſus problemas, problema. 27 . La razon es porque ſon de mucha ſimiente. El ſegundo auiſo es de parte de la edad , porque aquellos ſon aptos mas que ningunos que fueſſē mancebos o jouenes de veynte y cinco años haſta treynta y cinco , y aun haſta quarenta , porque los moços de veynte y cinco años en abaxo ſon menos aptos para ello, porque aun no hā creſcido ni embarnecido todo lo que deuen , y ſon diminutos y flacos , ni mas ni menos no ſon baſtātes para ello los que ſon de quarenta años en arriba, que es la edad de cōſiſtencia y mucho menos en la vejez, que es deſde cinquēta y cinco años, por lo qual deſuarian los viejos en ſe casar, porque toman mugeres para otros, como lo dixo Hahabas en el quinto de ſu theorica. cap. 36. y aunq̄ el demaſiado coyto daña a los machos , no empero a las hembras, ſino muy poco, porque en la tal obra trabajan poco. Finalmente el

coyto

coyto es conuenible a los mancebos dē
d̄ los. veynte y cinco años, hasta los qua
renta, y q̄ sean varones de carnes grues-
sas, y de vn color roxo escuro, porque
este tal color significa predominio de
buena sangre y abundante; porque el
varon que es de vn color roxo claro sig
nifica abundancia de sangre subtil y del
gada, y a este tal no es tan conuenible
el coyto, como al roxo escuro, pero a
los que son de vn color blanco no les
conuiene el coyto, ni el casamiento;
porque la blancura significa auer poca
sangre y mucha frialdad; como lo dize
Auicena en la segunda del primero Auicena
Doct. tertia cap. 3. tampoco les conuie-
ne a los citrinos, aunque a estos mas
que a los blancos, porque tienen ca-
lor y colera, al fusco o negro no le
conuiene tampoco, la causa segun Auī
cena en el lugar allegado, es porque el
tal color significa vehemente frial-
dad por la qual se desminuye mucho
la sangre y se congela, y ansi aquella

poca ſangre congelada, tira a negro, y muda el color del cuero. Finalmente, el que fuere roxo eſcuro, que llamamos colorado, es mas apto para el tal acto, y no tanto el roxo claro que llamamos bermejo. El blãco y el negro ſon de mucho peligro para la tal obra de engendrar, empero como dize Galen. en el. 2. de ſanitate. Deſpues del exercicio, o trabajo ſe deue dar a beuer y comer, deſpues ſe deue dormir, y deſpues del ſueño ſe deue vſar el coyto.

CAPITVLO

6. En que tiempo del año, y en que hora mas conuenga el debito, o coyto.

ALOS mancebos y bien fornidos y colorados, como diximos, cõuiene el coyto, o debito, y no en todas horas, ni en todos tiempos, porque anſi como el octoño por ſer tiempo deſigual, declinante a ſeco y frio, es daño ſo para el tal exercicio venereo. Anſi por el cõtra-

trario, el verano es tiempo idoneo y eō
uenible para ello, alomenos es menos
dañoso para los que lo exercitā desmo
deradamente, o para los flacos y secos.
Porque segun Hipocrates en el tercero Hip.
de los Aphorismos, el verano es vn tiē-
po muy saluberrimo y no mortifero.
Y Galeno en el commentario dixo, que Gal.
era el mas sano de todos los tiempos,
porque es mas templado, y en el prime-
ro de temperamentis dixo, que errauan
los que dizie que el verano era tiempo
caliente y humido, pues es tiempo tem
plado, empero en el primero de arte cu-
ratiua ad glauconem dixo, que era calie
te y humido, como es la sangre en no- simil.
sotros. Lo mismo dixo Aristoteles en el Arist.
quarto de sus problemas, problema. 31.
Porque dixo, que en este tiempo se acre
scentaua el calor natural, y las operacio
nes naturales erā mas perfectas y robu
stas. Empero el Conciliador concilian- Conci.
do estos lugares dixo en la differencia.
66. que el verano comparado a nuestros

cuerpos es templado, empero compara
do alos otros tiempos, es caliente y hu
mido. Pues boluiendo alo que tractaua
mos, enel verano conuiene mas el coy-
to que en otro tiempo, porque eñste tiẽ
po la fuerça del cuerpo es mas robusta,
y el calor mas templado, y tambien con
uiene bien enel inuierno, como lo dixo
Galeno enel. 1. de arte ad glauconem, y
Auicena en la segũda del primero, por
que eneste tiempo el calor natural se en
cierra adentro, y se vñe y ayunta, por
lo qual la digestion se obra muy bien, y
porende apetesce mas el alimento, co-
mo lo dixo Galeno enel primero de los
Aphorismos. Por el contrario no con-
uiene enel estio, antes es muy dañoso,
por auer poco calor natural, y estar las
fuerças flacas y disoluidas porel mucho
calor circũstãte, y poresso se deuen guar
dar eneste tiempo del tal exercicio ve-
nereo. Empero las mugeres mas se en-
cienden en luxuria eneste tiempo, y le
pueden exercitar cõ poca offensa suya,

como

como lo dixo Hesio. en sus ergis ansi.
Flagranti temporis æstu
Fœmineo Venus est vsu magis effera sexu
Mitior illa viris, & sæpe excita relanguet.
Yen tãto grado no les daña q̃ aya dicho Hipo. eñl lib. đ semine genitali, q̃ si muchas vezes se ayũtaren al varõ, mas val drã en su salud y por cõtrario, se offenderã mas los varones. Pues dize Plinio en el lib. 7. đ su natural historia, auer muerto repẽtinamẽte dos varones patricios, o hidalgos eñl acto dela luxuria. La razõ es, porq̃ los varones tienẽ los testiculos, o cõpañones pẽdiẽtes, los quales cõ el calor del estio se enflaquescẽ y resuelluen en su virtud, especialmente, q̃ en respecto de los delas mugeres son mas calidos y secos, y ayũtado vn calor a otro, haze mayor resolucio. Empo las mugeres tienẽ los testiculos adentro, y su virtud no se resuelue ni enflaquesce, antes se fortifica mas, porque se vñe y encierra mas adentro, y por esso tienen mas fortaleza enel coyto en tiempo de estio,

al contrario es enel inuierno, porque como las hembras sean frias y humidas, con la frialdad del tiempo se enflaquesce y resuelue su virtud genital, y su appetito se desminuye, y enlos varones se fortifica. Esta tal obra es muymas daño sa enel octoño, por ser como diximos arriba tiempo seco y frio. Empero en quanto toca a la hora del dia, se deue dezir del tal acto lo que delos exercicios, pues no conuiene immediatamente despues de replecion, ni de euacuacio, ni en ayunas, como lo dixo Haliab. enel. 5. de su Theorica, cap. 36. Porque si se vsare immediatamente despues de repleció, se seguira gota artetica, dolor de muslos, opilaciones, generaciones d humores gruessos y crudos, y finalmente hidropesia, asma, tēblor de todo el cuerpo, como lo dize Auicena en sus canticos, text. 155. y como lo dixo Haliabbas enel lugar allegado. Empero si se haze en ayunas, o con hambre, o despues de alguna euacuacion, como de sangria, o

de

de fluxo de vientre, a deſpues de ſudores,o al tiẽpo que tiene de hazer camara,o vrina,o deſpues de vaños,o trabajos,o triſteza, o deſpues de algun gran cuydado, o deſpues de velar, y mucho peor deſpues de vomitos. Porque ſi deſpues de alguna euacuacion deſtas ſe hiziere el tal exercicio venereo El calor natural ſe enfriara y mortificara, y la gana del comer ſe diſminuyra, la viſta ſe eſcureſcera, los ojos ſe ſumiran, y algunas vezes acaeſcerá desfalleſcimientos y eſpaſmos. Finalmẽte es peor deſpues de euacuaciõ, o en ayunas, que deſpues de replecion, y peor eſtando frios, que eſtando calientes, y peor eſtando deſecados, que eſtando humedeſcidos, aunq̃ en ninguna deſtas deſtemplanças conuenga, como lo dixo Galeno enel. 3. del Tegni. Empero conuerna como lo dixo Auiceena enel 20. del. 3. cap. 10. Antes de la hora dela euacuacion de las ſuperfluydades, lo qual ſe deue entender antes que llegue la hora, enla qual ſe deue

expeller las ſuperfluydades del vientre y vexiga, porque quando viene la gana de hazer camara, o de vrinar ya ha paſſado la hora del coyto. Lo qual ſe pareſce por lo que el miſmo Auicena dixo enel capitulo. 2. del miſmo lugar allegado, adonde dixo. *Et oportet ne coitus fiat neceſsitate fecis aut mingendi mota neque cũ exercicio, & motu neque poſt fortem animalem paſſionem.* Finalmente conuerna la tal obra de Venus, quando y al tiempo que la comida deſcendiere del eſtomago al vẽtriculo, y quando ſe acabare de hazer la primera y ſegunda digeſtion, y quando la tercera que eſta en las venas eſte media dio cumplida, como lo dixo Auicena en el lugar allegado, cumpleſe la primera y ſegunda digeſtion, y empieçaſe la la tercera comummẽte deſpues del primer ſueño de la noche, como lo dixo Galeno en el ſegundo de Sanitate tuenda. *Venus que ſomnum ſequi debet. &c.*

CAPITVLO

7. de que cosas se deuẽ guardar los religiosos y varones que quieren guardar la castidad.

PORQVE muchos religiosos y sacerdotes puedan con facilidad sin molestia alcançar perfectamente su intencion de guardar castidad: y porque por causa de no saber quales cosas sean las que promueuen, e irritan a luxuria, y quales las que mortifiquen y desminuyã esta concupiscẽcia, tengo por biẽ en este capitulo poner por resoluciõ las cosas de que se hã de guardar, o las que deuen elegir. Pues luego los que quisieren, o desearen guardarse del coyto y luxuria, deuen euitar y quitar las causas que la irritan y promueuen, pues de otra manera puestas las causas que lo mueuen, e irritan, de necessidad se ha de seguir effecto. Las causas principales q̃ irritan a luxuria son. La primera vento

ſidad,o flatuoſidad,la qual cauſa erectiõ La ſegunda es, la ſuperfluydad de la ſimiente,la qual incita,y fuertemẽte promueue a ſer deſpedida y alãçada ſin detenimiento alguno,eſpecialmente, ſi la tal ſuperfluydad es mucha en quãtidad porque deſtas dos cauſas ſe manifieſta la tentacion y deſſeo de luxuria,lo qual como lo vea el Demonio,pone enel pẽſamiento coſas torpes,acreſciẽta el deſſeo delas mugeres,y otras coſas abominables a los religioſos. Eſta tentacion acomete muchas vezes a muchos,corrõpe a los flacos, y los mas fuertes y bien armados,y que varonilmente reſiſten,apenas, y con difficultad ſe eſcapan. Lo qual no acaeſceria ſino admitieſſen aq̃llas dos cauſas,conuiene a ſaber. Ventoſidad,yſimiẽte, Empero algunos redarguyran diziendo. Que el engendrarſe ventoſidad y ſimiente,no es en nueſtra mano, pues no podemos impedir y eſtoruar a la naturaleza, para q̃ no obre ſus effectos. Porque pongamos por caſo,

ſo, que Clodio tiene los riñones calientes, y los teſticulos, o compañones de la tal ſuerte, que attraen mucha ſangre y la conficionan y bueluen en ſimiente, como podra eſte tal impedir y eſtoruar la generacion de ventoſidad, y de ſimiẽte? A lo qual ſe puede reſponder, q̃ aquel tal calor de los riñones y teſticulos, agora ſea natural, agora ſea accidental, ſe puede refrenar y mitigar cõ coſas frias anſi pueſtas por d̃fuera, como tomadas por dedẽtro, eſpecialmẽte eſtando el de cubito, o poſtura hazia arriba, q̃ ſe dize ſupino decubito, y en romance comun echarſe papo arriba, y la blandura y delicadez de la cama, y el calor. Pero quales coſas frias conuengan, lo dira el medico eſcogido ſegun ſu ſabiduria, porq̃ applicara coſas frias, ſegun la complexion y calor de cada vno, y ſegũ la propriedad y diſpoſiciõ d̃ ſu cuerpo. Comũmente, como lo dixo Galeno enel. 6. de ſanita. Conuiene exercitarſe enlas partes da arriba, quiere dezir, que ſe exerci-

te

ten los braços y ſe refrieguen, y deſpues del vaño ſe vnten los lomos con azeyte omphancino y de mẽbrillos, o roſado, añadiendoles vn poco de cera, porq̃ no ſe corrã, y deſpues de anſi quajados lauarlos con çumo de alguna yerua fria, como es de *Siẽpreuiua*, de yerua Mora, de Zaragatona, del abroſo, del Poligono, de la verdolaga, aunq̃ no deſpide ſu çumo la verdolaga facilmẽte, y por eſſo ſera bien quãdo la majã echar vnas gotas de agua. Deſpues de vntados con eſte encerado, pongã encima hojas de ruda, o de agnocaſto: enfria tãbien los lomos ſin daño el cozimiento dela alegria, y dixo q̃ avn hõbre del pueblo que ſintie grã tẽtaciõ d̃ la carne le mãdo poner vna plãcha de plomo ſobre los lomos, y ſe le quitaró las tentaciones dela luxuria, y q̃ ſe guardẽ del çumo d̃la Mãdragora, y adormideras, y de dormir ſobre ellas, y q̃ aprouecha mucho pa eſta tentaciõ dormir ſobre roſas. Eſto todo dixo el Gale. en el lugar allegado. Pues luego

luego, los que padeſcierē ſemejāte tenta
cion, vſen de regumento tēplado, el q̄l
pueda diſminuyr, y apocar la ſangre ca
liente yaguda, diſminuyrſe ha la ſangrē
euitādo la ſuperfluydad d̄ mājares, por
q̄ como dixo Ariſto. enel. 10. de ſus pro Aris.
blemas, problema. 47. Enla repleciō cō
ſiſte la luxuria, eſpecial ſi la tal repleciō
fuere de buenos mājares. mayormēte ſi
de ſuyo ſon multiplicatiuos d̄ eſperma,
como ſon las carnes de palominos, dlos
gorriones, del cabrito, y ſus ſemejantes.
Y porende dixo Auice. enel. 20. del. 3. c. Auic.
21. Los mejores mājares para multipli-
car eſperma, ſon las carnes del cabrito
macho y gordo, y la carne d̄ oueja, ylos
garuāços, y cebollas, y tambien hueuos
freſcos tremulos, y peces guiſados y pre
parados cō eſpecias aromaticas, como
agēgibre, pimiēta, galāga, y coſas vento
ſas. La razō deſto pone el Gale. enel. 5. d̄ Gal.
las medicinas ſimples, adonde dixo.
Las coſas que prouocan a eſperma, ſon
las coſas que abren y penetran el calor,
de las quales es de tal manera, que no

deseca. Desta manera son las especias aromaticas que emos dicho, y porende prouocã y llamã la luxuria, y de la misma manera prouocan a luxuria, las cebollas, las hauas, los garuanços, la heruala que se dize Enula, pero estas cosas mueuen luxuria, porq multiplican vena tosidad. Tambien el anis, el hinojo, las almẽdras, las auellanas multiplicã esperma, y el vino fuerte y dulce, enel qual esta la luxuria, como lo dize sant Pablo y Aristoles eñl. 3. delos Problemas, problema. 1. dixo. *Vinũ venereos facit.* Y Ouidio enel de remedio amoris. *Vina parant animos Veneri &c.* Tambien se euiten las yeruas calientes, como la oruga. La mẽta, o yeruabuena, y Auicena dixo enel cap. 36. fœn. 20. las cosas que ayudan al coyto, son los manjares calientes y agudos y ventosos, como son los garuãços, las vuas, las yemas de los hueuos, el viuo hueuo, el qual tiene propriedad de multiplicar esperma.

¶Cap.

CAPITVLO

6. que es lo que deuen hazer los que quierē no ser molestados, ni fuertemente tentados de la carne.

YA diximos arriba, y en el capitulo passado, que cosas deuē obseruar los que quisieren conseguir y alcāçar el voto de castidad, y entre las cosas que contamos, pusimos por mas principal que vuiesse abstinencia de manjar y beuida, porque no se engendrasse superfluydad de esperma, porq̄ la esperma no es otra cosa sino lo superfluo de la quarta digestion: la qual se haze y effectua, quando el cibo o nutrimento se desparze y derrama de las venas en los miembros despues de ya cumplida la tercera digestiō En fin, es vn humor cercano a cierta cosa quajada y congelada, dela qual se mātienen los miembros solidos, como iodixo Auicena en el. 20. del. 3. cap. 3. la qual humedad spermatica se secara y consumira cō el ayuno, y la hābre, las quales

cosas debilitan el cuerpo, y ni mas ni menos se consumira cō el trabajo fuerte, por el cōtrario se multiplicara y crescera con la ociosidad y vida holgada de contino, como lo canto Ouidio poeta singular en su primer libro de remedio amoris, diziendo.

Ergo vbi visus eris nostra medicalibus arte
Fac monitis fugias ocia prima meis.
Hæc vt ames facit, hæc, quæ, fecere tuentur,
Hæc sunt iocundi causa cibusq; mali
Ocia si tollas periere cupidinis arma
Contemptęq; iacent & sine luce faces.
Quam platanus riuo gaudet, quam populus vmda
Et quam limosa canna palustris humo.
Tam venus ociā amat, &c.

¶ Dize, quando te paresciere q̄ por nuestra arte te puedes remediar, procura te amonesto, de euitar la ociosidad, porq̄ la ociosidad es causa que ames, y te sustētara en el amor que te causo, porque esta y el manjar demasiado, son causa de

de aquel agradable mal de amor, y sino quitares y euitares la ociosidad pereſcerán las armas del dios Cupido, y sus llamas cayran menospreciadas y sin reſplãdor. Porque anſi como el platano se goza con el rio, y el alamo con las ondas, y las cañas laguneras cõ el barro mojado, anſi ni mas ni menos la luxuria, o venus cõ ama la ociosidad, Pues luego los q̃ quisieré no ser fatigados dela luxuria, esten en continuo exercicio, y acuerdese q̃ hã de morir, y pienſen en las penas del infierno, hiriẽdo su cuerpo, como lo hazia Sant Hieronymo y otros ſanctos, pues con estos remedios no se ſentira tentacion oya que se ſienta, ſera muy mas pequeña, como lo dixo Auice. enel. 20 del 3. ca. de aluminiati, adonde dixo, la cura que conuiene, es de aquello que quebrãta su deſſeo y apetito, como es la triſteza, la hambre, el velar, las carceles, las heridas y golpes, porque estos son mucho mejores remedios que no las

medicinas que resuelue y desecan o mitigan tal encendimiento, quales son la simiente del agno casto, y de la ruda, de los cominos, y de otras cosas semejantes que calientan y desecã, y quales son el culantro, la cauphora, las quales mitigan el heruor de la luxuria enfriando y congeládo el calor natural, porque aun que estas cosas sean remedios para el heruor de la luxuria, empero son por otra parte dañosas para la salud corporal, porque las vnas desecan demasiado y las otras mortifican el calor natural, Allende de este el remedio que se da para la luxuria d andar los pies descalços, dormir sobre cosas frias y humedas, es vn remedio muy pernicioso y peligroso para la salud corporal y muy perjudicial para la vida.

CAPITVLO

9. que tracta de los vaños que cosa sean que condiciones ha de guardar el quevuiere de entrar enel vaño.

Por

PORQVE muchos tienen costũbre de se vañar, y en muchas tierras ay costumbre ordinaria de vaños, quiero en este capitulo tractar algo de ellos, porque el que esta acostũbrado a ellos es le muy necessario y vtil continuarlos. Pues digo que el vaño segun el Conciliador dist 128. no es otra cosa sino, vn cuerpo liquido subtil que occurre y cerca a la redonda todo el cuerpo y le altera, y ay tres differencias del, porque vno es el vaño del ayre que llamamos estufa, otro es el vaño de agua caliente y tibia, otra es el vaño de agua fria. No tractaremos agora sino del vaño de agua, y primero del de agua caliẽte, Del qual ay muchas vtilidades y prouechos si fuere de costumbre y se aplicare deuidamente, como deue, assi lo dixo Auicena en la 3. del 1. doct. 2 cap. 5. adonde dize, los prouechos q̃ obra el vaño, son conciliar sueño, abrir, raer, digerir, resoluer, atraer el mantenimiento, o nutrimento a la superficie del cuero, quitar

la ſuziedad e immundicia del cuero, y finalmente alimpiarle, renouar y humedeſcer el cuerpo, abrir los poros, deſminuyr la repleciõ, reſoluer la vetoſidad, adelgazar y ſubtilizar los humores, aplacar los dolores, eſtreñir el vientre, quitar el cãſancio, y preparar el cuerpo pa los manjares, como lo dixo Haliab. en el. 5. de ſu theo. c. 13. Auice. y Auerroes en los cãticos. cõ. 152. y en ſu. 6. d̃ colliget. Finalmẽte ſe deuen guardar y obſeruar ocho cõdiciones para q̃ el vaño haga todas eſtas vtilidades. La primera es como lo dize Hyp. 2. de vict. acut. q̃ el q̃ vuiere d̃ entrar en el vaño, ha de ſer ſano y acoſtũbrado a el, porq̃ ſi el tal le dexare offẽder ſe a. La ſegunda condicion, que ninguno q̃ eſtuuiere repleto, quiero dezir lleno de muchos humores entre enel, ni el q̃ eſtuuiere cachochimico, quiero dezir, lleno de corrupciones y ſuperfluydades vicioſas, porque con el vaño no ſe alteren los humores y cauſen enfermedad, porque como dize Auice. enel. 4. del. 1.

cap.

cap.17.el vaño ſuele hazer q̃ los humores bullan y ſe mueuã y ſe derramẽ por el cuerpo. Finalmente, como dize Haliabas en el.5.de ſu theorica capitul.13.muchas vezes los humores malos y viciosos que eſtan en algũ miembro, con el vaño ſe derriten y corren y ſe juntan con los buenos humores, y los inficionan y dañan, y porende vienen muchas enfermedades, por lo qual eſtando el cuerpo lleno, o vicioſo, no ſe deue vañar haſta que los tales humores ſe digieran y euacuen, tambiẽ lo dixo el Galeno en el. 1. de arte curatiua ad glauconem, y enel.5.del metho. La tercera cõdicion que ha de guardar el que ſe vaña, es acerca dela hora del vaño, porq̃ ninguno ſe deue vañar antes del exercicio a coſtũbrado, como lo dixo Halia enel lugar allegado, porq̃ como, el dize, el vaño antes del exercicio, embia las ſuperfluydades al mãjar a los miẽbros indigeſtas e crudas, derrite los humores y ſuperfluidades y haze las correr a los miembros

Haliabas. Gal. Halia.

adonde cauſa enfermedades. La. 4. condicion es, es que el vaño ſea antes de comer y de beuer, porque ſi deſpues de comer y beuer ſe hiziere henchir ſe ha el cuerpo y la cabeça de vapores y ſuperfluydades del manjar, porque las atrayra a fuera a la ſuperficie del cuero, y cauſara opilaciones, la cauſa es porque ſe atrayra el manjar indigeſto y crudo del eſtomago y higado a los demas miembros, como lo dixo Galeno en el. 3. de vſu actuorum y Auicena en la. 7. del. 4. tracta. 4. cap. 2. adonde dize, *qui ſanitatẽ vult conſeruare balneum ingredi debet poſtquã digeſtum eſt quod eſt in ſtomacho & hepate, &c.* Dize que el que quiſiere conſeruar ſu ſalud, deue entrar en el vaño deſpues que eſtuuiere digerido el manjar en el eſtomago y higado, Empero no por eſſo ſe ha de penſar que quando ouiere allegado la hora del comer o de la hambre, entonce ſe deua hazer el vaño, mas antes eſta hora es rambien prohibida, anſi como enel exercicio, el qual tampoco ſe

deue

deue hazer al tiempo de la hambre, como lo dixo Auicena en el lugar allegado, pues dixo, quando los que estan ayunos y vazios entran en el vaño con vehemencia se desecan y enmagrescen y enflaquescē. La. 5. condicion es, que en el vaño ni coman ni beuan, annque muchos hagan al contrario, lo qual amonesto hyppo. enel. 3. de victu acutorū, porq̄ no se siguan los daños dichos enla. 4. cō diciō. La sexta cōdicion es acerca de la tardāça o espacio de tiēpo q̄ se ha d̄ estar enel vaño, pues no ha de auer enel luēga tardāça, porq̄ se resoluerā y debilitaran las fuerças y se mouerā sudores y algunas vezes acaescera sincopi, q̄ es desmayo o fallescimiēto, porq̄ se calētara el coraçō demasiadamēte, dedōde succedera tal desmayo, como lo dixo Aui. 2. 1. doc. 2. c. 19. En fin la mucha tardāça en el vaño debilita el coraçon causa desfallescimiento y asicos, y remueue los humores y aparejalos a corrupciō y hazelos declinar a los vasos de los miēbros flacos en

la ſuperficie, de los q̃les cauſara apoſte-
mas y tumores, como lo dixo el miſmo
enla.3.del.1.doct.2 cap.5.La.7.cõdicion
ſera del termino y eſpacio q̃ ſea de eſtar
en el vaño,el qual ſera haſta que el cuer-
po ſe empiece a hinchar y augmentar y
ſe empiece a deshinchar, como el miſ-
mo lo dixo enla.13.del.3.tract,4.cap, 10.
La octaua condiciõ, es acerca de lo que
ſe hara deſpues del vaño,y es que luego
immediatamẽte, deſpues del vaño no ſe
beua coſa actualmẽte fria,ni enel miſmo
vaño, porque entõces eſtan abiertos los
poros del cuerpo,y por eſſo penetrara la
frialdad,haſtalo intimo del cuerpo y ha
ſta los miembros principales cuyas vir-
tudes deſtruyra,y ni mas ni menos ſe de
ue guardar d̃ coſa muy calida en exceſo,
porque ay grã recelo,que el tal calor pe
netre preſto a los miẽbros principales y
cauſe Phtiſica y etica,como el miſmo lo
dixo enla.2 del.1.adonde amoneſto que
en ſaliendo del ſe cubrã la cabeça y todo
el cuerpo, porque no les haga daño el
frio

frio, especial si es inuierno, y dixo en la. 3. del. 1. Doct. 2. cap. 7. que el que el hombre gordo no coma luego despues del vaño, sino que se espere vn poco, y luego duerma vn rato, estas condiciones deuen guardar los que se quisierē vañar, porque de otra manera mas daño se hará que prouecho.

CAPITVLO 9.

Del vaño de agua fria y de sus vtilidades y prouechos, y quienes se ayan de vañar en el, y en que tiempo y hora.

HAN se de guardar tantas cōdiciones en el vaño de agua fria, que tengo por mejor que nadie vse del, porque si puntualmente no se guardare esto que emos de dezir muchos cayrā en enfermedades y dolencias graues y diuturnas, por lo qual, o lo dexen del todo, o guarden estas reglas que aqui se escriuen, dezimos pues que la agua fria, en la qual se deue hazer el vaño, no ha de ser muy fria, sino medianamente, porque la muy fria no puede hazer lo que la moderada, que

q̄ es refreſcar y humedeſcer, y no elar y cōgelar. E el que vuiere de entrar en tal vaño ha de ſer vn hōbre de buen regimiento en ſu comida, y no deue eſtar alterado del dia o de la noche de antes, ni ha de eſtar triſte ſino alegre, no deue ſer viejo ni muchacho, alomenos no abaxe de catorze años, q̄ es la mitad delquarto ſeptennio, como lo dixo Gal. en el. 3. de ſani. tuen. La razō es porq̄, dize, q̄ les detiene no crezcan, ni ha de ſer flaco, o de pocas carnes, porq̄ les penetrara preſto el frio del vaño, haſta los miēbros principales, y ſu calor natural ſe les mortificara, En fin para q̄ no dañe deue de ſer de veynte y cinco años de cuerpo bien fornido y carnoſo, y deueſe vañar en tiempo de eſtio en dia muy calido que no ſea vētoſo, y en la hora del dia mas calsente q̄ es el medio dia, y no deue ſer deſpues de acto venereo, ni deſpues de trabajo, ni deſpues d̄ vigilias, ni deſpues d̄ vomitos, ni deſpues d̄ ſe auer purgado, y deue primero vſar de fricaciones ygualmēte

por

por todo el cuerpo, las quales se hagã cõ lienços asperos, y despues se deue vntar cõ azeyte, y despues se deue exercitar cõ sus exercicios acostũbrados ygualmente, y luego de repente deue entrar enel vaño de agua templadamente fria cõ el qual se refrescara y humedescera, y se calentara jũtamente, aunq̃ esto sera accidentalmente porq̃ atapãdo los poros hara huyr el calor a dentro, Por lo qual si como dezimos, el q̃ se vañare fuere carnoso y mãcebo, el tal vaño frio le ayudara a la digestiõ, aunq̃ se haga luego despues de comer, porq̃ el calor natural ahuyentado adẽtro se fortificara, y se esforçara la virtud de los miẽbros, como lo dixo Haliab. enel. 5. de su theo. c. 13. Final mente primero se deue refregar cõ lienços, y despues con azeyte, y despues se exercite mucho mas velozmente q̃ antes y despues entre en el vaño de agua fria tẽpladamẽte y no tibia ni elada, porq̃ la vna resfria demasiado, y offende al q̃ no esta acostũbrado, y la otra no repercute el ca-

el calor en ſaliẽdo del tal vaño deueſe re
fregar cõ azeyte muchas vezes, haſta q̃
el cuerpo entre ẽ calor, y luego deue co
mer mas q̃ beuer, porq̃ dl tal vaño mas
apeteſcẽ y mas digerẽ, y menos ſequia
hã, y como dize Auic. enla. 3. del 1. doct.
2. c. 6. ha d̃ hazerſe el vaño de agua fria,
porq̃ anſi ſe tornará los miẽbros de fue-
ra mas rezios, y tornara el cuero mas eſ
peſo y duro pa reſiſtir ſin offẽſa a las co
ſas exteriores, deue el q̃ vuiere de vañar
ſe, entrar de repente en el vaño, en vn
momento pa q̃ ygualmente ſe remojen
todos los miẽbros, porq̃ ſi entrare poco
a poco cauſarſe ha rigor e frio, y deue e-
ſtar tãto el vaño quãto lo pudiere ſufrir
antes q̃ vẽga algũ rigor, o antes que ſe eſ
peluzque, y en ſaliẽdo del vaño ſe deue re
fregar todo con muchas manos vntadas
de azeyte, y ha ſe de refregar haſta que
el cuero ſe pare caliẽte, yhã le d̃ dar mas
a comer delo acoſtũbrado y menos a be
uer, porq̃ enel vaño frio mas gana ay de
comer que de beuer, y mas ſe digiere

deſpues

deſpues a la mañana bueluan a ſu exercicio a-
coſtumbrado, eſto dixo Galeno y Auicena en
los lugares allegados.

CAPITVLO

8. Que coſa ſea ſueño, y como ſea neceſ
ſario y donde proceda, y como con-
uenga para bondad de digeſtion.

PORQVE, como dize Gal. en el. 3. de cauſis pulſuũ, ſi del ſueño ſe quitare eſta vtilidad q̃ es ayudar ala digeſtiõ por cauſa del calor natural, recõcẽtrado y vñido a dẽtro en muy poco diffiẽrira đla muerte, porq̃ tiene todas las operaciones ſemejãtes del muerto, q̃ es no ver, ni oyr, ni ſentir, ni mouerſe, y por eſſo allego a Homero q̃ dixo, q̃ el ſueño es hermano de la muerte, lo miſmo dixo Virgilio en el 6. de ſu Aeneida, anſi

Eſt conſanguineus lethi ſopor, e Ouidio
Stulte quid eſt ſomnus gelidæ niſi mortis imago,

Pues luego, como es opinion de Ariſtoteles en el libro de ſomno et vigilia, y de todos los medicos, el ſueño no es otra coſa ſino vna reciprocacion o reuocacion del calor natural,

y de

y de los ſpiritus vitales a dẽtro para q̃ ſe digiera o cueza el mãjar enel eſtomago jũtamẽte cõ vna quiete o ceſaciõ del ſentimiento y mouimiento del animal por la impotẽcia o paſsion del principio del ſentir y mouer, q̃ es el primer ſeſsitiuo o celebro, como lo dixo Gal. del pareſcer d̃ Ariſto. enel. 3. de morbo & ſintomate. Finalmẽte enel ſueño, huelga la virtud animal q̃ es la q̃ ſiẽte y mueue, y conforta ſe la natural q̃ es la q̃ haze la digeſtion y nutricion, como lo dixo el Gal. enel. 4 de morbo et ſynthomate, es neceſſario para la reſtauracion de los ſpiritus vitales e animales, y d̃l calor natural, las quales coſas ſe diffundieron e derramaron por el cuerpo a las pres de a fuera. Porq̃ por el mucho exercicio no pereſcieſſen, y porẽde no faltaſſe la vida, fue neceſſario ſolamente obraſe el calor natural, a cerca d̃ la digeſtion del mãjar. Finalmẽte es holgãça del cuerpo fatigado y d̃ los ſentidos, y eſta es la cauſa final del ſueño la cauſa efficiẽte, es el calor natural q̃ eſta ẽ el coraçõ, y la formal, es la reuocaciõ d̃l calor

calor y eſpiritus vitales a las partes de dentro, la material es vapor que ſube d los manjares y humores al celebro el q̃l ſe condenſa y resfria dela frialdad del celebro y ſe haze graue y peſado, y cayendo abaxo, cauſa q̃ calor de los miẽbros principales ſe meta adentro.

CAPITVLO

11. quales ſean las vtilidades y prouechos del ſueño templado y de ſus daños quando es deſmoderado y ſuperfluo.

YA diximos, que enel ſueño deſcanſa oa la virtud animal a cerca d̃ ſu ſentido y mouimiento, y q̃ ſolamente obra ua el calor natural en el ventriculo acerca de la digeſtiõ del manjar, y que eſtas erã las principales vtilidades del ſueño. Dezimos pues tambien, que allende de ſto, ſi el ſueño fuere templado, calienta y humedeſce, eſpecial es muy conuenible a los viejos, porque cõſerua enellos ſu humidad, quita el trabajo, e cãſancio

del cuerpo y de la anima, porque haze el entendimiẽto ſubtil y aclara la razõ y la memoria cuezenſe enel las crudezas, e indigeſtiõ esdel eſtomago, mitiga y aplaca el dolor de los miẽbros, rebládeſce y regala los miẽbros deſecados cõ la vigilia y cuydado, Ayuda al ſueño el eſpacio de la noche y ſu eſcuridad, para q̃ ſe cũpla la digeſtion, porq̃ eſtas dos coſas ayudan a que el ſueño ſe haga mas profundo, y q̃ el calor natural ſe fortifique mas. Eſto dixeron Gal. enel lib. de ſolu. conti. Raſ. enel. 4. ad Almanſ. c. 3. y enel 25. del conti. c. 1. y Auerro. enel. 2. de ſu colliget. Finalmẽte el ſueño ſe deue hazer d̃ſpues de comer y beuer, y deſpues que los manjares hã deſcendido al fondon del vientre, para que mejor y mas perfetamente ſe haga la digeſtion, por la qual la virtud animal ſe repare, y el calor natural ſe fortifique, la comida y beuida ſe conuiertan en ſangre, y no ſe corrompan. Empero ſi el ſueño fuere exceſſiuo y ũperfluo, humedeſce y resfria dema-

demaſiado el cuerpo, y agumenta la flema, enflaqueſce el calor natural, eſpecialmente ſi ſe hizo eſtando el cuerpo vazio, haze botos los ſentidos, cauſa enfermedades frias y romadizo y peſadūbre de cabeça, eſpecialmente a medio dia, porque corrompe la memoria, hazeſe el cuerpo perezoſo y peſado para el mouimiento, hincheſe la cabeça de humores, relēteceſe la vida, y hazeſe tenebroſa, y amataſe el calor natural como el fuego en la ceniza. Finalmente haze el cuerpo y cabeça peſſados. Anſi lo dixeron Raſis enel quarto de Almāſor, capitulo tercio, y Auerroes enel ſegundo de los canticos. commen. 28. y enel ſexto de ſu colliget.

CAPITVLO

12. a que hora ſe deue dormir, y y en que diſpoſicion de cuerpo, y ſobre que parte del cuerpo.

EL sueño no se deue hazer, en qualquiera disposicio de cuerpo, ni qualquiera hora, porque no sobre euacuacio en ayunas, o despues de exercicio, o vaño, la razon es, porque se disminuyra el calor natural, y se enfriara, y enmagrescera el cuerpo, porque como el calor natural no halle mājar en que obrar para hazer su digestion, conuertirse ha sobre la sangre y la carne, y consumirlo ha, y porende los que son de estomago calido, y no han comido ni desayunado se a visperas, se paran flacos y magros y calidos. Finalmente, como lo dixo Ras. enel cap. 3. lib. 25. de su contin. por autoridad de Rufo. Si el sueño largo se sigue despues del mājar, acrescentara el calor natural, y engordara el cuerpo, empero si se sigue despues del exercicio, o del vaño, o dela euacuacion, y en suma en la disposicion de cuerpo que no tomo mājar, disminuyrse ha el calor natural y el cuerpo se debilitara, aunque no hara tā to daño enlos cuerpos frios y humidos

o flema

o fiematicos. Empero ya que el ſueño no ſe haga bien, ſino deſpues del mãjar no ſe deue entender luego, e immediatamente, ſino deſpues que el cibo, o mãjar aya deſcendido del eſtomago al viẽtre inferior, y ſe aya ay ſoſſegado, y lavẽtoſidad y peſadumbre ſe ayã diſminuydo, y claramente ſe ſienta que el mãjar y beuida ſe ayan çabullido, lo qual ſi ſe tardare, conuerna antes del ſueño andar vnos paſſos pocos y tardos haſta q̃ el mãjar deſcienda. Eſto dixo Raſis en enel.4.de Almanſo.c.3.y Auice.enel.3.del.1.doct.2.c.7.adonde dixo. *Neque illi-co poſt cibum aſsumptum dormiendũ antequam deſcenderit cibus ad fundũ ſtomachi.* Eſpecialmente daña el tal ſueño a los que tienẽ corta y flaca viſta, como el miſmo lo dixo enel.3.del.3.tratado.1.c.5. Pues luego ni conuiene en ayunas, ni luego immediataméte deſpues de replecion. Empero en quanto a la hora del dormir dezimos, que no conuiene a medio dia deſpues de comer, ſino vuiere en contrario

costúbre, porque como dixo Auicena enel lugar allegado. *In die dormire malum est &c.* Dize, dormir de dia es malo, por que engendra enfermedades de humidad y romadizos, corrompe el calor, engendra baço, relaxa los neruios, causa pereza, debilita el appetito, engendra apostemas, y muchas vezes calenturas, y en la primera del tercero tractado, tercio .c.14. dize q̃ el sueño de medio dia daña mucho, especialmente a la memoria, y mucho mas si se haze sobre replecion. La causa dello assigno Rasis por autoridad de Paulo en el veynte y cinco de su continente, capitulo tercero, porque enel sueño de medio dia no ay bastante espacio de tiẽpo para poderse cumplir la digestion, y todas las vezes que se interrõpe el sueño antes del cũplimiento de la digestion, siguense regueldos azedos, y replecion de vntuosidades del estomago, Y en suma se que dara vna indisposicion luenga y llena d̃ pesadumbre. Finalmente segun delo dicho

cho se collige la hora idonea para dormir, es despues de cena, y no despues de comida a medio dia, que se dize, prãdio, y no luego despues de cena, sino despues de auer el mãjar descendido al fondon del estomago, y despues de auer passeado suauemente, como assaz diximos arriba. Empero para lo que toca sobre q̃l lado se deue dormir, deuemos dezir, q̃ como aya muchas maneras de dormir, conuiene a saber, boca abaxo, o inclinado, boca arriba sobre el espinazo que se dize, decubito supino, sobre vno dlos dos, la cabeça en alto, como es quãdo es la cabecera alta, o en silla: aquella manera de dormir sera la mejor, que empiece del lado derecho, y despues sobre el yzquierdo, o siniestro hasta que se acabe la digestion, y que despues de acabada se torne al lado derecho, de suerte que en el sueño no aya mas que tres mouimientos, porque si mas enel huuiere, estoruarle ha la digestion natural, y el manjar se bolcara y reboluera de vna

parte a otra,y ſentirſe han ventoſidades y ruydo enel vientre. Eſto dixo Auice. enla.3.del.1. doct.2.c.9. Porq̃ como dize el miſmo enla.13.del.3.tract.3.c.5. El dormir ſobre el lado ſinieſtro,es de grã vtilidad para acabar la digeſtion, la cauſa es,porque deſta manera el higado abraça y comprehende al eſtomago, empero el ſueño ſobre el lado derecho, es cauſa que el manjar deſeienda con velocidad. Finalmente como lo dize el conciliador,diffe.123. El que tuuiere el vientre humido y deleznable,duerma ſobre el lado ſinieſtro,o yzquierdo. Si le tuuiere eſtreñido,duerma ſobre el derecho,y el q̃ fuere de higado caliente, deue guardarſe de dormir ſobre el lado derecho, y el que fuere de eſtomago frio,ſe deue guardar d̃ dormir ſobre el lado yzquierdo:en ſuma ſe d̃ue empecar el ſueño ſobre el lado derecho,y ſe deue acabar en el yzquierdo,o ſinieſtro: anſi lo eſcriuio Ariſtote.a Alexãdro Magno,diziendo. *Dormi temperate primo ſuper latus dextrum vna hora, deinde ſuper ſiniſtrum, & illic perſi-*

ce dormitionem. Y para que mejor se haga la digestion, deue el hombre dormir cubierto con mucha ropa, y tener la cabecera alta, especialmente si el manjar no ha descendido dela boca del estomago, porque si la cabeça esta alta, y lo de mas del cuerpo baxo, mas presto se despediran las superfluydades, y no es malo, como lo dixo Auic. enel lugar allegado, q̃ se empiece el dormir sobre el lado yzquierdo, porque anssi se traera grã ayuda a los sanos para que se haga la digestiõ, porque anssi se comprehendera y determina y acrescentara el calor natural. Empero es cosa muy pernicioſa y dañosa dormir sobre el espinazo, papo arriba, especialmente alos que suelen padescer epilepsia, que es gotacoral, o a los q̃ suelen padescer incubo, que es pesadilla, o apoplexia. Finalmente es vn decubito muy malo que engẽdra aquellas enfermedades, y mas frenesia, y catarros, y toses: y lo mas cierto es causarse pesadilla. La causa es, porque eñl tal decubito

ſe inclinã las ſupfluydades y humores a la parte poſterior, y ſe detienẽ ay y hinchẽ los vẽtriculos del celebro, yno ſe diſpidẽ por ſus canales acoſtumbradas, las quales eſtã enlas partes delãteras, como ſon las narizes, el paladar, los ojos. Eſto dixerõ Auí. Raſ. elvno. enla. 3, đl. 1. doct. 2. c. 9. el otro eñl. 25. de ſu contin. c. 3.

EPIGRAMMA MEDICAMENTI Cathartici Doctoris, Frãciſci Nuñecii Coriani, ad Sereniſſimum & Catholicũ Regem Philippum.

¶ Inuentum præſens morbis cõpluribus aptum
Auſcultare velis, magne Philippe meum.
Quod licet exiguum fuerit geſtamine rerum
Eſt virtute potens in medicando malis,
Naribus atque ori gratum minimeque moleſtũ
Euacuat ſuccos cum leuitate malos
Sãguinis omne ſerũ bilẽque expurgat vtramq;
Viſcera confirmat triſtitiã ſenſa leuat.
Febribus & morbo thoracis conuenit omni
Renibus atque vtero fert properanter opem
Diſipat obſcure flatus, educit ichores
Atque hilares ægros euacuando facit.
Melis arundinei, quamque interpretis herbæ

Succorum libras ſex cape lance pare
Succorumq; duas perſarum adiunge roſarum
Sanguine quas tinxit cæſus Adonis apro.
Et florum bellę, cum bos apparuit, Io
Adicias quantum bis manus vna capit.
Et centũ inſignis quæ mittit pruna Damaſcus,
Qualia producit nunc Tagus adde libens
Hęc ſimul immiſce Vulcano et decoque donec
Ex toto ſubſit porcio dimidia.
Quę colo transfunde alioq; in uaſe receptam
Obſerua plures optime Burge dies.

¶ Su romance en ſonetos,

¶ Gran Rey Philippo ſacro y poderoſo
ten por bien de eſcuchar attentamente
eſte compueſto mio prouechoſo
para muchas dolencias, y clemente:
el qual aunque no ſea copioſo
en las coſas que lleua, ciertamente
para quitar el mal es valeroſo,
ſegun ſe experimenta entre la gente.

Siendo apazible al guſto y al olfato
ſin peſadumbre alguna, ſin malicia,
ſaca el humor maligno, y el ingrato
de dentro de las venas ſin porfia:
ſuele tambien ſacar de rato en rato

La colera y triſte melancholia,
para males de pechos es muy apto,
para fiebres que vemos cada dia.

Deſcarga los riñones con preſteza,
y tambien la matriz, expelle el viento
del cuerpo con occulta ſubtileza,
el ſuero de la ſangre y corrimiento.
Toma vna eſpeſa miel que ſe deſteza
de vnas preciadas cañas, y con tiento,
peſa tres libras della con preſteza,
pues ſeran meneſter para mi intento.

Toma anſi miſmo al tãto dlos çumos
de la yerua que el dios Nieto de Atlãte
interprete hallo, dos delos çumos
dela roſa de Perſia rubicante,
cõ la ſangre de Adonis, por ſus humos
muerto enel boſq̃ moço y bien andãte,
ſino que ſiendo tierno, por los duros
montes, acometio la fiera errante.

Vn par da puños toma por entero
de las flores de Iſis la gracioſa,
quando en vaca tornada fue primero
por Iupiter, temiendo a ſu celoſa
muger, y hermana, y a ſu rigor fiero,
cien ciruelas tambien de la abundoſa

Damaſco añadiras, ſi bien pondero,
es facil de hazer, no graue coſa.
Eſtas coſas no mas en vno ayunta,
y en manſo fuego pueſtas, cuezan tãto,
que la mitad ſe gaſte en ygual punta,
Deſpues lo cuela junto, y guarda quãto
el eſpacio de vn año, ſe barrunta.

¶GLOSA.

ANdromacho, y Philon, y Damocrates, y otros muchos antiguos y celebres medicos eſcriuieron ſus antidotos, y medicamẽtos en metros. Andromacho intitulo la compoſició de ſu theriaca a Ceſar Neron en verſo elegiaco, Philon Tharſenſe ſu antidoto llamado de ſu nombre Philonio eñl miſmo verſo. Damocrates deſcriuio enverſo iãbico, la yetua llamada Iberis, q̃ es admirable para la gota artetica, Y eſto miſmo hizieronlo por dos razones. Lo vno, porque mejor ſe encomendaſſe a la memoria. Lo otro, porque nadie pudieſſe añadir ni quitar, por las q̃les razones quiſe cõponer en verſo elegiaco eſta confectiõ hecha a manera de potion, o xarabe, enla qual experimente auer todas las operaciones que eſtan deſcriptas enel verſo. Eſpecial vi q̃ purgaua el ſuero

de la ſangre, y los ichores que ſon ciertos humores ſubtiles mordaces y corroſiuos. Por lo qual es cierto que mundifica la ſangre y la purga, la qual virtud proniene de los mercuriales, de los quales dize Dioſcorides que alimpiã la ſangre y la purgan Digo pues, que ſe tomen ſeys libras de la miel que ſe deſteza, o deſtila de vnas cañas preciadas, quiero dezir, el açucar pues ſe ſaca con artificio de aquellas preciadas cañas, ni es mal vocablo, deſtezar, pues como dezimos atezar, o que alguno tienẽ atezado el roſtro, por el cõtrario dezimos, deſtezar, o que vno tiene deſtezado el roſtro, que es derretido, o enflaqueſcido. Anſi dezimos, la miel que ſe deſteza, o derrite de las cañas, y que ſe tome otro tanto, quiero dezir, otras ſeys libras de los çumos de la yerua, que el dios Nieto de Atlante, interprete de los dioſes hallo, el qual ſe finge ſer Mercurio, quiero dezir de los Mercuriales, los quales hallo Mercurio, y porende ſe dizen Mrcuriales. Y tomaran dos libras del çumo de las roſas Perſicas, que vulgarmente dezimos de Alexandria, las quales, ſegun dizen y fingen los poetas, fueron teñidas con la ſangre

gre d Adonis,el qual digo que fue muerto por sus humos,porq̃ tuuo demasiada osadia, pues siẽdo niño acometio a vn puerco enel bosque, del qual fue muerto,dize, que fuera bien andãte, sino acometiera a aq̃lla fiera, pues era amado de la Deesa Venus. Dos puños tambien de las flores Isis,quiero dezir de las Violetas, las quales se dizen de Isis, o porque se llaman en Griego Ion,del qual nõbre se dixo Isis primero y antes que fuesse a Ægypto,o porque quãdo por Iuppiter fue tornada en nouilla,se apascento dela Violeta,pues fingẽ los poetas, que Io hija de Inacho,por su hermosura fue amada de Iuppitter, el qual la violo y comprimio, y porque no fuesse el adulterio conoscido de su muger y hermana Iuno,la conuertio en vaca y que Iuno sospechandolo,embio a Argos para que la detuuiesse y guardasse,lo qual sabido por Iuppiter embio a Mercurio para que se la quitasse a Argos, y que Mercurio por quitarsela le mato, y fuesse con la vaca huyendo a Ægypto, adonde,lo,se conuertio en su propria figura, y entonces se llamo Isis, y quedo por ydolo en aquella tierra. Dize tambien

bien que ſe tomen cient ciruelas de la abundo ſa Damaſco, que ſon las que ſe dizen Damaſcenas, y que todo eſto ſe mezcle y jũte en vno y ſe ponga a fuego manſo, y cuega haſta que ſe gaſte y conſuma la mitad dlos çumos, y deſpues ſe cuele y ſe cõſerue en vn vaſo por eſpacio de vn año poco mas, o menos, Pues barrũtar en Eſpañol, no es otra coſa ſino acertar poco mas, o menos por conjectura, danſe del comunmente, quatro onças y media, y cinco, ſegun la edad y complexion y virtud de cada vno, puede darſe ſin preparacion alguna de xaraues, con ſolo buen regimiento, es eſta que ſe ſigue la recepta.

¶ De açucar muy blanco. De çumo de Mercuriales, de cada coſa ſeys libras.

¶ De çumo de roſas de Alexãdria. lib. 4

¶ De las flores de Violetas. Dos puños.

¶ De ciruelas Damaſcenas, en numero ciento.

¶ Cuega todo haſta que ſe gaſten la mitad de [illegible] cuelaſe, y guardeſe.

BIBLIOTECA DE O GRATIAS.

¶ En Madrid por Pierres Coſin. Año. 1572.